

Моя кулинарная библиотечка



Оливье и другие праздничные салаты

Варианты
оливье
стр. 3

Рекомендуем:
Салат с ветчиной,
перцем и авокадо
стр. 47





Annotation

Вашему вниманию предлагается сборник рецептов праздничных салатов.

- Оливье и другие праздничные салаты

- САМЫЕ ИЗВЕСТНЫЕ САЛАТЫ

- Современный салат «Оливье»
 - Салат «Оливье» по-старомосковски
 - Салат «Оливье» с рыбой
 - Салат «Оливье» по-царски
 - Салат «Оливье» с колбасой и яблоком
 - Салат «Оливье» с цыплятами
 - «Цезарь»
 - Классический «Оливье»
 - Салат «Австралийский»
 - Салат с кальмарами и куриным мясом
 - Салат со свежими овощами и яблоками
 - Салат с тыквой
 - Салат с кукурузой и крабовыми палочками
 - Салат куриный с языком и грибами
 - Салат фруктовый с вишней
 - Салат «Арлекин»
 - Салат с кальмарами
 - Салат с креветками, картофелем и зеленым горошком
 - Салат с курицей, яблоком и сыром
 - Салат «Москва»
 - Салат со свеклой и ананасом
 - Салат «Онежский»
 - Салат «Осеннее солнце»
 - Салат куриный с маринованными яблоками
 - Салат «Пирамида»
 - Салат с курицей, грибами и сельдереем
 - Салат с телятиной и яблоками
 - Салат «Птичьи гнезда»
 - Салат с колбасой и сыром
 - Салат «Русский»

- САЛАТЫ С МЯСОМ И СУБПРОДУКТАМИ

- Салат «Болгарский» с ветчиной и белым вином
 - Салат-коктейль «Белорусский» с говядиной и грибами
 - Салат «Датский» с ветчиной и сельдереем

- Салат «Французский» с ветчиной и соленым огурцом
- Салат по-римски с ветчиной и маслинами
- Салат по-грузински с помидорами и сладким перцем
- Салат по-французски с кольраби, брокколи и шампиньонами
- Салат мясной с майонезом
- Салат мясной с яблоками
- Салат мясной с маринованными огурцами
- Салат из мяса с овощами и крабовыми палочками
- Салат из мяса с сыром и зеленым горошком
- Салат мясной с говяжьим языком
- Салат с ветчиной под луковой заправкой
- Салат с ветчиной и фруктами
- Салат с ветчиной и зеленым луком
- Салат с ветчиной, рисом и сладким перцем
- Салат с ветчиной, рисом и стручковым перцем
- Салат из ветчины с помидорами и сладким перцем
- Салат из ветчины с луком и сыром
- Салат из ветчины с маслинами с винной заправкой
- Салат с ветчиной и виноградом
- Салат из ветчины с макаронами и сыром
- Салат из ветчины с папайей и фисташками
- «Зимний салат»
- Салат из ветчины с яйцом и луком-пореем
- Салат из ветчины с цветной капустой, грибами и рисом
- Салат из ветчины с авокадо и сладким перцем
- Салат из ветчины «Осенний»
- Салат из грудинки с кабачками и фасолью
- Салат из грудинки с яйцом и зеленью
- Салат из грудинки с чечевицей и анчоусами
- Салат со свиной
- Салат с бужениной, сыром и помидорами
- Салат с бужениной и яйцами
- Салат с бужениной и сыром
- Салат с бужениной и картофелем
- Салат с бужениной и кабачками
- Салат острый
- Салат из буженины по-гречески

- Салат из буженины с картофелем и фасолью
- Салат с маринованным мясом и черносливом
- Салат из тушеного мяса кролика
- Салат с жареными ломтиками крольчатины
- Салат из салями с яйцом и фенхелем
- Салат из колбасы со сладким перцем и сыром
- «Закусочный»
- Салат из колбасы со сладким перцем и кукурузой
- Салат из салями с овощами и рисом
- Салат из колбасы с маринованными огурцами и сыром
- Салат из колбасы с кукурузой, огурцами и сыром
- Мясное ассорти с фасолью и кукурузой
- «Немецкий»
- Салат из колбасы с картофелем и сыром
- Салат из «венских» колбасок с картофелем
- Салат с колбасой и дыней
- «Елисейский»
- Салат из языка с грибами
- Салат из языка с савойской капустой и солеными грибами
- Салат из бараньих языков с морковью и репой
- Салат из языка и курицы с овощами и ветчиной
- Салат из языка с морковью и яблоком
- Салат с языком и спаржей
- Салат с ветчиной, перцем и авокадо
- Салат из языка с творогом и овощами
- Салат из сердца с картофелем и зеленью
- Салат из куриных сердечек с солеными грибами и рисом
- Салат из куриной печени с помидорами, яйцом и зеленью

○ САЛАТЫ С ПТИЦЕЙ

- Салат с цыпленком по-английски
- Салат из домашней птицы по-венгерски
- Салат с домашней птицей по-итальянски
- Салат с цыпленком по-карибски
- Салат из домашней птицы с малиной
- Салат по-французски из птицы с фруктами
- Салат по-турински из птицы и айвы
- Салат «Торонто» из курицы и крабового мяса
- Салат по-канадски из курицы, яблок и

апельсинов

- Салат «Сказка»
- Салат «Столичный»
- Салат куриный с кукурузой и сладким перцем
- Салат из мяса птицы с яблоком и рисом
- Салат из мяса птицы с апельсином и белой черешней
- Салат из курицы с зеленью
- Салат из курицы с томатом-пюре
- Салат острый
- Салат «Новый»
- Салат из мяса птицы и печени цыплят с грушами
- Салат с цыпленком и перцем
- Салат из филе цыпленка с маринованными грибами
- Салат из куриных грудок с гренками, сыром и анчоусами
- «Тако»
- Салат из мяса птицы с баклажанами и перцем
- Салат из мяса птицы с дыней и абрикосом
- Салат из мяса птицы с огурцами и виноградом
- Салат из жареного цыпленка со спаржей, горохом и ананасом
- Салат из мяса птицы со сливами и перцем
- Салат с цыпленком, дыней и ананасом
- Салат из грудки цыпленка с помидорами и яблоком
- Салат с куриными грудками, ветчиной и сыром
- Салат из мяса птицы с кукурузными хлопьями и фруктами
- Салат из куриного мяса с равиоли
- Салат из куриных грудок под пряно-горчичным соусом
- Салат куриный с сыром и горошком
- Салат из мяса птицы с манго и лимоном
- Салат из куриной грудки с морковью и кешью
- Салат с мясом индейки и яблоками
- Салат из мяса птицы с яблоком и сыром
- Салат из индейки с помидорами и сыром
- Салат из мяса птицы с картофелем и морковью
- Салат из индейки с черешней и апельсином
- Салат с уткой и орехами
- Салат из утиной грудки под острым соусом
- Салат из утки с фруктами и маслинами

- Салат из гуся под яблочно-тыквенным соусом
- САЛАТЫ С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ
 - Салат с сельдью по-гречески
 - Салат с сельдью по-русски
 - Салат с рыбными консервами по-македонски
 - Салат с сардинами и острым перцем
 - Салат из тунца по-французски
 - Салат из лосося с зеленым горошком и сыром
 - Салат из тунца в лимонной заправке
 - Салат из печени трески с овощами
 - Салат из печени трески с яйцом и зеленью
 - Салат из печени трески с сыром и яйцом
 - Салат из тунца с бананом и грейпфрутом
 - Салат с тунцом и сладким перцем
 - Праздничный салат из шпрот
 - «1 января»
 - Салат из сельди с фруктами и орехами кешью
 - Салат с копченой скумбрией
 - Салат из морских гребешков с яблоками
 - Салат из морского гребешка, свежих помидоров, огурцов и лука
 - Салат из креветок и фруктов
 - Салат из креветок и изюма в кисло-сладком соусе
 - Салат с креветками и тертым сыром
 - Салат с креветками и творогом
- САЛАТЫ С ОВОЩАМИ, ГРИБАМИ, ФРУКТАМИ
 - Салат картофельный по-немецки
 - Салат картофельный по-румынски
 - Салат «Украинский»
 - Салат из спаржи по-французски
 - Салат из овощей по-испански
 - Яблочный салат с капустой по-американски
 - Салат с тертыми яблоками по-эстонски
 - Салат с яблоками и ветчиной по-австралийски
 - Салат с маринованными грибами и яблоками
 - Салат из апельсинов по-испански
 - Салат с помидорами и ананасами
 - Салат по-андалузски с апельсином
 - Салат с помидорами и апельсинами
 - Салат грибной с ветчиной и сыром
 - Салат «Пикантный» с грибами
 - Салат грибной с сыром, яблоками и зеленью
 - Салат с грибами, сыром, яблоками и перцем

- Салат из грибов и филе цыпленка
- Салат из соленых грибов и филе цыпленка
- Салат с грибами, ветчиной и соленым огурцом
- Салат грибной с рисом
- Салат грибной с сельдью
- Салат грибной с апельсинами

○ РАЗНЫЕ САЛАТЫ

- Салат из яиц по-итальянски
- Салат с творогом и пюре из свежего стручкового перца по-болгарски
- Салат с сыром по-болгарски
- Салат из яиц и зеленого горошка по-французски
- Арабский салат из апельсинов
- Салат с креветками, авокадо и манго по-мексикански
- Салат с крабовыми палочками и авокадо
- Салат с бананами по-мексикански
- Салат из ананасов по-индийски
- Салат слоеный с курицей, картофелем и гранатом
- Салат слоеный с курицей и черносливом
- Салат слоеный с сыром и оливками
- Салат слоеный «Мимоза»
- Салат слоеный с яйцами и сухофруктами
- Салат слоеный с рисом и крабовыми палочками
- Салат с сыром и яблоками

○ СОУСЫ

- Соус «Хрен с уксусом»
- Соус «Майонез с хреном»
- Соус «Майонез с желе»
- Соус «Майонез с корнишонами»
- Соус «Майонез ароматизированный»
- Соус «Майонез со сметаной»
- Соус «Майонез с каперсами и огурцами»
- Соус «Майонез по-болгарски»
- Соус «Майонез с желатином»
- Соус «Майонез с огурцами»
- Соус «Хрен с уксусом»
- Соус «Хрен с уксусом и свеклой»
- Соус «Хрен с уксусом и морковью»
- Соус «Хрен со сметаной»
- Соус «Хрен со сливками»
- Соус из уксуса, зелени, яиц и сливок
- Чесочно-ореховый соус

- Чесночно-томатный соус
- Томатный соус (холодный)
- Соус с яйцом и свежими огурцами
- Соус с зеленью и свежими огурцами
- Соус экзотический
- Дрессинг с уксусом
- Французский дрессинг
- Дрессинг гастрономический
- Соус с авокадо
- Творожный соус
- Соус индийский
- Салатный соус
- Соус «Майонез»
- Соус-коктейль
- Соус «Равигот»
- Салатный соус с соком грейпфрута
- Салатный соус с анчоусами
- Салатный соус с творогом
- Соус салатный с сыром рокфор
- Соус «Винегрет» с овощным соком
- Горчичный соус «Винегрет»

○ СОВЕТЫ

Оливье и другие праздничные салаты

САМЫЕ ИЗВЕСТНЫЕ САЛАТЫ

Современный салат «Оливье»

4 отварные картофелины, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 вареная морковь, 200 г отварной курятины, 2 маринованных или соленых огурца, 0,5 банки зеленого горошка, 1 головка репчатого лука, 1 яблоко, майонез, соль, черный молотый перец по вкусу.

В последние годы «Оливье» снова изменился, и вновь до неузнаваемости! Вместо зеленого горошка нередко используется консервированная кукуруза, а рябчиков теперь заменяют не только колбасой, но и крабовым мясом.

Салат «Оливье» по-старомосковски

4 отварные картофелины, 4 яйца, сваренных вкрутую, 1 вареная морковь, 1 банка зеленого горошка, 100 г крабового мяса, 1 пачка крабовых палочек, 2 соленых огурца, 1 свежий огурец, 100 г зеленого лука, майонез, соль по вкусу.

Салат «Оливье» с рыбой

2 картофелины, 1 морковь, 3 яйца, 2 головки репчатого лука, 250 г консервированного зеленого горошка, 170 г майонеза, 200 г филе кеты или горбуши, красный молотый перец, соль по вкусу.

Картофель и морковь отварить в подсоленной воде до готовности, остудить, очистить и мелко нарезать. Яйца сварить вкрутую, остудить до комнатной температуры, очистить и натереть на крупной терке или измельчить блендером. Рыбное филе освободить от кожи, нарезать тонкими короткими полосками или кубиками. Если рыба очень жирная, удалить лишний жир бумажной салфеткой. Лук очистить, вымыть проточной водой, обсушить и нарезать острым ножом. Выложить в эмалированную или пластмассовую емкость овощи, яйца, рыбу и зеленый горошек, посыпать красным перцем, посолить, заправить майонезом и перемешать. Поставить в холодильник на 40 мин. Оливье выложить в фарфоровый салатник, посыпать мелко нарубленной зеленью и подать на стол.

Салат «Оливье» по-царски

5 яиц, сваренных вкрутую, 200 – 300 г соленой красной рыбы, 200 г замороженного зеленого горошка (отварить), 4 картофелины (отварить в «мундире», очистить), 3 – 4 соленых огурца, майонез, соль по вкусу, красная икра – для украшения.

Овощи, яйца и красную рыбу нарезать мелкими кубиками, выложить в миску. Добавить горошек, перемешать. Перед подачей на стол заправить салат солью и майонезом, выложить в салатник и украсить красной икрой.

Салат «Оливье» с колбасой и яблоком

4 картофелины, 5 яиц, 1 яблоко, 300 г вареной колбасы, 3 соленых огурца, 3 моркови, 100 г консервированного зеленого горошка, 1 головка репчатого лука, 0,5 банки майонеза, соль по вкусу.

Картофель и морковь отварить, очистить, нарезать кубиками. Яйца сварить вкрутую, очистить и нарезать кубиками. Огурцы нарезать кубиками, образовавшийся рассол слить. Лук измельчить. Зеленый горошек откинуть на дуршлаг, чтобы стекла жидкость. Колбасу и яблоко нарезать кубиками. Все ингредиенты соединить, посолить, заправить майонезом и перемешать.

Салат «Оливье» с цыплятами

*2 цыпленка, 2 огурца, 2 картофелины, 2 вареных яйца,
80 г майонеза, 50 г сливок, листья зеленого салата.*

Цыплят зажарить целиком, охладить, разделить мясо от костей. Филейчики нарезать тонкими ломтиками, с крылышек и ножек мясо снять и измельчить. Огурцы почистить от кожицы и нарезать тонкими кружочками. Картофель отварить в кожуре, почистить и нарезать ломтиками. Яйца сварить и мелко порубить.

Мясо смешать с частью соуса и уложить в салатник рядом с другими продуктами, затем залить оставшимся соусом. На середину поместить букет из зеленого салата, обложить его яйцами и огурцами, нарезанными овальными ломтиками и дольками. Приготовить соус: смешать майонез со сливками.

«Цезарь»

350 г куриных грудок, 1 пучок салата-латука, 5 вареных яиц, 100 мл оливкового масла, белый хлеб, 10 г анчоусов, 25 г твердого сыра, специи.

Для заправки: 200 г сметаны, эстрагон, 1 измельченный зубчик чеснока, 50 г тертого сыра, 20 г анчоусов, 1/3 ч. ложки соуса «Табаско», молотый перец и соль.

Листья порвать небольшими кусочками, положить в миску, накрыть и поставить в холодильник. Нарезать хлеб небольшими кубиками. Мясо нарезать полосками, посыпать специями и обжарить в масле до золотистой корочки. На оставшемся масле обжарить хлеб.

Приготовление заправки: взбить сметану с эстрагоном и измельченным зубчиком чеснока, тертым сыром и анчоусами. Добавить 1/3 ч. ложки соуса «Табаско», молотый перец и соль.

Горячую курицу и гренки посыпать листьями и заправить. Добавить в салат сыр, анчоусы, разрезанные пополам (или на 4 части) яйца и перемешать.

Классический «Оливье»

Птица (дичь), свежие (соленые или маринованные) огурцы, крутые яйца, картофель, листовой салат.

Для заправки: соус «Провансаль».

Салат очень прост, даже трудно поверить, что это настоящий «оливье», ведь многие привыкли к тому, что мясной салат со множеством компонентов называют этим именем.

Никакого мяса говядины или свинины, только дичь, курица, индейка, утка, гусь – разумеется, без кожи, костей. Никакой колбасы! Ни в коем случае – морковь, укроп, горошек, грибы, оливки и, тем более, – майонез. В общем, ничего, кроме указанного.

Приготовление соуса: желток растереть с солью и сахаром. Добавить горчицу, размешать и постепенно вливать 2 ст. ложки растительного масла. Тщательно перемешать, чтобы масло загустело, и развести 1/2 стакана лимонного сока до консистенции сметаны.

Салат «Австралийский»

300 г яблок, 300 г огурцов, 300 г помидоров, 700 г сельдерея, 200 г вареного окорока, 100 г майонеза, 2 – 3 маленьких листочка салата, апельсиновый сок.

Отваренные корни сельдерея, очищенные от кожуры и сердцевины яблоки, а также огурцы нарезать кубиками. Все смешать, сбрызнуть апельсиновым соком и уложить горкой по центру салатника. Помидоры нарезать дольками, вареный окорок – тонкими полосками, затем свернуть трубочками. Подготовленные помидоры, ветчину, листья салата красиво разложить вокруг массы, выложенной горкой. Полить салат майонезом.

Салат с кальмарами и куриным мясом

500 г тушек кальмара, 200 г куриного мяса, 2 соленых огурца с мелкими семенами, 1 луковица, 200 г майонеза, 1 пучок зелени, соль по вкусу.

Куриное филе припустить, нарезать соломкой. Соединить с нашинкованным соломкой отварным филе кальмаров, ломтиками соленых огурцов, мелко нарубленным луком, майонезом и все перемешать.

Салатом наполнить корзиночки из пресного теста, выложить на блюдо и украсить зеленью.

Салат со свежими овощами и яблоками

2 свежих огурца, 2 моркови, 2 яблока, 2 помидора, 100 г зеленого салата, 100 г сметаны, 1/4 лимона, зелень петрушки, сахар, соль по вкусу.

Огурцы, морковь, яблоки нарезать тонкой соломкой, зеленый салат – на 3 – 4 части. Все перемешать и заправить сметаной. Добавить лимонный сок, сахар, соль. Салат украсить ломтиками помидоров и зеленью.

Салат с тыквой

400 г тыквы, 2 соленых огурца, 3 – 4 помидора, 2 луковицы, укроп и петрушка, 4 ст. ложки растительного масла, уксус, перец, соль по вкусу.

Тыкву нарезать небольшими кубиками и отварить в небольшом количестве воды с солью. Огурцы нарезать тоже кубиками, помидоры – дольками, лук натереть на терке. Все овощи смешать, полить уксусом и растительным маслом. Посыпать салат перцем и зеленью.

Салат с кукурузой и крабовыми палочками

1 банка консервированной кукурузы, 1/4 кочана капусты, 200 г крабовых палочек, майонез, укроп, соль по вкусу.

Капусту нашинковать, крабовые палочки и укроп измельчить. Все смешать, добавить кукурузу, заправить солью и майонезом.

Салат куриный с языком и грибами

200 г филе цыпленка, 200 г языка, 200 г ветчины, 300 грибов, 50 г столовой горчицы, 20 г уксуса, 50 г растительного масла, черный перец, соль по вкусу.

Филе цыпленка, язык, ветчину, отварные свежие грибы нарезать соломкой, посолить, поперчить.

Заправить салат уксусом, смешанным с растительным маслом и горчицей.

Салат фруктовый с вишней

750 г вишни, 3 яблока, 3 ст. ложки творога, 3 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка лимонного сока.

Вишню промыть и удалить косточки, яблоки мелко порезать. Творог, сметану, сахар и лимонный сок смешать, слегка взбить и перемешать с вишней и яблоками.

Салат хорошо охладить и подать к столу.

Салат «Арлекин»

6 картофелин, 200 г корня сельдерея, 700 г ветчины, 700 г маринованных грибов, 100 г яблок, 200 г свеклы, 200 г зелени петрушки, 1/2 ч. ложки сухой горчицы, 2 ст. ложки 3%-ного уксуса, 100 мл оливкового масла, 100 г майонеза.

Овощи и корни отварить и мелко нарезать: картофель и свеклу – дольками, яблоки, ветчину, сельдерей и грибы – соломкой.

Горчицу, уксус, растительное масло взбить и залить этой смесью (вместе с майонезом) нарезанные продукты.

Все перемешать и выложить на блюдо.

Украсить дольками картофеля, свеклы и зеленью петрушки.

Салат с кальмарами

300 г кальмаров, 2 луковицы, 1 яблоко, 1 вареное яйцо, 100 г майонеза.

Подготовленные репчатый лук и яблоки мелко нарезать и выложить тонким слоем на блюдо.

Сверху разложить вареные кальмары, нарезанные соломкой. Все залить густым майонезом.

На майонез положить кружочки вареного яйца.

Салат с креветками, картофелем и зеленым горошком

200 г креветок, 1 огурец, 3 – 4 картофелины, 3 – 4 ст. ложки зеленого горошка, 1 морковь, 1/3 банки майонеза, 1 вареное яйцо, несколько мелких листьев зеленого салата, соль по вкусу.

Морковь и картофель сварить, охладить и мелко нарезать; смешать с отварными и очищенными креветками и нарезанными на кусочки огурцами.

Добавить зеленый горошек, майонез, соль и снова аккуратно перемешать.

Готовый салат украсить кружочками яйца, листьями зеленого салата и ромбиками моркови.

Салат с курицей, яблоком и сыром

300 г отварного мяса курицы, 100 г огурцов, 100 г яблок, 50 г твердого сыра, 150 г майонеза, 3 – 4 ст. ложки консервированного зеленого горошка, 1 вареное яйцо, 1 апельсин, зелень, соль по вкусу.

Все продукты нашинковать тонкой мелкой соломкой, а яблоки почистить от кожицы и сердцевины. Смесь посыпать любым тертым сыром, что придаст ему особый вкус.

Украсить салат зеленью, ломтиками яйца и кружочками тонко нарезанного апельсина.

Салат «Москва»

100 г зеленого салата, 2 – 3 вареные картофелины, 3 ст. ложки зеленого горошка, 1 яблоко, 1 огурец, 1 яйцо, 100 – 150 г вареного мяса, по 100 г сметаны и майонеза, зелень петрушки, соль по вкусу.

Зеленый салат, хорошо отобранный и тщательно промытый в холодной воде, выложить на сито, чтобы стекла вода, обсушить салфеткой и крупно нарезать. Очистить от кожуры и нарезать брусочками вареные картофель, мясо. Добавить консервированный зеленый горошек, очищенное и нарезанное яблоко, свежий огурец, сваренное вкрутую яйцо, посолить и полить соусом.

Снова все перемешать и украсить ломтиками вареного яйца, зеленью салата и петрушки.

Салат со свеклой и ананасом

1 свекла, 1 кусок ананаса (такой же по величине, как и свекла), 100 г взбитых сливок.

Свеклу отварить, почистить и нарезать кубиками. Ананас нарезать небольшими кусочками, смешать со свеклой и взбитыми сливками.

Салат «Онежский»

100 г белокочанной капусты, 2 картофелины, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ст. ложки грибов, 3 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки клюквы.

Капусту промыть в холодной воде, нарезать мелкой соломкой и перетереть с солью. Нарезать отварной картофель ломтиками, лук – соломкой, натереть на терке чеснок. Мелко нарезать соленые грибы (грузди, волнушки, рыжики).

Заправить салат растительным маслом, выложить горкой на блюдо и украсить сверху клюквой.

Салат «Осеннее солнце»

2 – 3 моркови, 2 яблока, 1 редька, 1/2 кочана капусты, петрушка по вкусу, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ч. ложка столового уксуса, перец, сахар, соль по вкусу.

Почистить морковь, яблоки, редьку и натереть на крупной терке. Переложить все в миску, добавить нашинкованную капусту, петрушку и заправить салатной заправкой (растительное масло, уксус, сахарный песок, соль и молотый перец).

Салат куриный с маринованными яблоками

500 г курицы, 1 луковица, 2 маринованных яблока, 20 консервированных маслин, 3 ст. ложки майонеза, лимонная кислота, зелень, соль по вкусу.

Отварную мякоть птицы (без кожи) нарезать ломтиками, яблоки и репчатый лук – кубиками. Добавить маслины без косточек, перемешать, посолить, влить по вкусу лимонную кислоту и заправить майонезом.

Салат выложить горкой, украсить консервированными маслинами и зеленью петрушки.

Салат «Пирамида»

400 г вареного картофеля, 100 г соленой рыбы, 1 морковь, 1 – 2 соленых огурца, 100 г зеленого горошка, 1 свежий огурец, 50 г консервированного красного перца, зеленый лук, зеленый салат, маслины, майонез по вкусу.

Нарезать маленькими брусочками вареные картофель и морковь, очищенные соленые огурцы. Добавить зеленый горошек, свежие огурцы и немного зеленого салата. Затем обильно полить овощи майонезом, перемешать и уложить на блюдо в виде пирамиды.

Для украшения нарезать тонкими полосками и ромбиками соленую рыбу, зеленый лук, консервированный красный перец, разрезать на кружочки одну отварную морковь и украсить маслинами.

Вокруг пирамиды на блюде уложить в виде лепестков листья зеленого салата.

Салат с курицей, грибами и сельдереем

150 г филе цыпленка, 150 г свежих грибов, 150 г сельдерея, 100 г свежих помидоров, 1 маринованный огурец, 50 г твердого сыра, 150 г майонеза, соль по вкусу.

Филе цыпленка и свежие грибы отварить. Вместе с сельдереем, свежими помидорами (половина порции) и огурцами нарезать мелкими кусочками. Посыпать все тертым сыром, перемешать, посолить по вкусу.

Салат залить майонезом, украсить тонкими кольцами оставшихся помидоров.

Салат с телятиной и яблоками

300 г яблок, 100 г жареной телятины, 100 г жареной свинины, 100 г соленых огурцов, 75 г репчатого лука, 100 г майонеза, лимонный сок, молотый перец, соль по вкусу.

Телятину и свинину пожарить крупными кусками. Жареное мясо, очищенные яблоки и соленые огурцы нарезать полосками, лук – тонкими полукольцами. Все соединить, добавить лимонный сок, перец, соль по вкусу. Заправить салат майонезом.

Салат «Птичьи гнезда»

*300 г соленой сельди, 100 г ветчины, 3 вареных яйца,
1 яблоко, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 3 листа
салата.*

Сельдь, предварительно хорошо вымоченную, очистить от кожи и костей. Филе мелко порубить, смешать с измельченным свежим яблоком, обжаренным репчатым луком, а также сливочным маслом.

Выложить смесь на листья салата в виде гнезда с углублением в центре, в него поместить желток вареного яйца (целиком). Посыпать рубленым белком и мелко нарезанной ветчиной.

Гнездо украсить репчатым луком, нарезанным кольцами.

Салат с колбасой и сыром

200 г колбасы, 130 г сыра, 1 картофелина, 1 небольшая морковь, 2 соленых огурца, 350 г зеленого горошка, 4 вареных яйца, 250 г майонеза, сливочное масло, зеленый горошек, маслины, зелень по вкусу.

Вареные морковь, картофель, сыр, колбасу или корейку нарезать соломкой, яйца и огурцы – кубиками. Все поперчить, посолить и заправить майонезом.

Выложить салат горкой, полить майонезом, украсить кусочками сливочного масла, дольками яиц, зеленым горошком и маслинами.

Салат «Русский»

4 – 5 вареных картофелин, 250 г отварной говядины, 2 вареных яйца, 1 яблоко, 2 соленых огурца, 1 небольшая вымоченная сельдь, 2 помидора, 1 огурец, 2 – 3 салатных листа.

Для соуса: 100 г сметаны, 1 ст. ложка тертого хрена, 2 ст. ложки столового уксуса, 1 ч. ложка горчицы, 1 1/2 ложки мелко нарубленной зелени петрушки и укропа.

Вареный картофель, очищенные яблоки, огурцы, мясо, сельдь нарезать мелкими кубиками.

Приготовить соус из сметаны, хрена, горчицы, уксуса и зелени и залить им салат.

Выложить его на зеленые салатные листья, украсить дольками помидоров, ломтиками яиц и огурцов.

САЛАТЫ С МЯСОМ И СУБПРОДУКТАМИ

Салат «Болгарский» с ветчиной и белым вином

500 г картофеля, 100 г ветчины, 50 мл сухого белого вина, 50 г маслин без косточек, 50 мл растительного масла, 50 мл лимонного сока, зелень петрушки, соль по вкусу.

Вареный картофель нарезать кружочками и, не давая остыть, залить белым вином. Ветчину, маслины, петрушку мелко нарезать.

Приготовленные продукты смешать, добавить лимонный сок, соль, заправить растительным маслом.

Готовый салат украсить зеленью петрушки.

Салат-коктейль «Белорусский» с говядиной и грибами

80 г отварной говядины, 20 г сушеных грибов, 2 луковицы, 1 1/4 ст. ложки маргарина, 40 г окорока, 2 ст. ложки майонеза, 1 вареное яйцо, 1 соленый огурец, зелень.

Отварное мясо, копчености, вареные грибы и соленый огурец, очищенный от кожуры, нарезать тонкой соломкой. Репчатый лук тоже нарезать соломкой и спассеровать. Подготовленные компоненты уложить слоями в креманку, заправить майонезом, оформить зеленью.

Салат «Датский» с ветчиной и сельдереем

100 г макарон, 100 г ветчины, 100 г брокколи, 40 г моркови, 25 г корня сельдерея, 20 г майонеза, 20 мл растительного масла, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, горчица, соль по вкусу.

Отварить макароны. Морковь, сельдерей, капусту брокколи тоже варить, остудить и нарезать кубиками.

Приготовленные продукты смешать и охладить.

Добавить горчицу, уксус, соль, нарезанную полосками колбасу (ветчину), перемешать и заправить майонезом с растительным маслом.

Салат «Французский» с ветчиной и соленым огурцом

100 г ветчины, 100 г картофеля, 50 г моркови, 50 г соленых огурцов, 100 г зеленого горошка, 1 вареное яйцо, 100 г майонеза, 20 г зелени, соль по вкусу.

Ветчину, вареные картофель, яйца и морковь, а также очищенные от кожицы и семян огурцы нарезать мелкими кубиками. Добавить зеленый горошек и перемешать.

Салат заправить майонезом, уложить горкой и украсить зеленью петрушки и укропом.

Салат по-римски с ветчиной и маслинами

150 г ветчины, 400 г отварного картофеля, 50 г маслин, 50 мл сухого белого вина, зелень петрушки.

Для заправки: 2 ст. ложки концентрированного бульона, 75 г сливочного масла, 5 г тертого мускатного ореха, 5 г острого стручкового перца и 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки.

Картофель, горячим, нарезать кружочками и, не давая остыть, залить вином. Маслины, ветчину и зелень мелко нарезать.

Приготовление заправки: 2 ст. ложки очень горячего концентрированного бульона смешать (постепенно) с 75 г размельченного сливочного масла. Добавить тертый мускатный орех, 5 г острого стручкового перца и, постоянно помешивая, всыпать 1 ст. ложку измельченной зелени петрушки. Заправить блюдо и украсить зеленью.

Салат по-грузински с помидорами и сладким перцем

200 г вареной ветчины, по 3 помидора и сладких перца, 1/2 стакана отварного рассыпчатого риса, 3 ст. ложки зеленого горошка, 2 вареных яйца, зеленый лук, листовой салат, зелень.

Для заправки: майонез, черный молотый перец, сахар и соль.

Ветчину, перец и листья нарезать соломкой, помидоры – тонкими ломтиками. Яйца и лук мелко нашинковать. Смешать все компоненты и заправить.

Приготовление заправки: смешать майонез, черный молотый перец, сахар и соль.

Украсить ветчиной, перцем, помидорами, листьями и посыпать зеленью.

Салат по-французски с кольраби, брокколи и шампиньонами

400 г ломтиков вареной ветчины, 2 кольраби, по 100 г вареной брокколи, шампиньонов и соевых проростков, 2 банки (по 300 г) консервированных мандаринов, 1 луковица, 1 ст. ложка кунжутного семени.

***Для заправки:** по 1 ст. ложке растительного масла и лимонного сока, 1 ч. ложка горчицы, 1/2 ч. ложки порошка карри, молотый перец и соль.*

Кольраби и брокколи нарезать соломкой, грибы – ломтиками, лук – кубиками. Мандариновый сок из банок и половину фруктовых долек взбить в пюре.

Перемешать его с заправкой и остальными компонентами и вместе с ветчиной поставить на 2 ч в холодильник.

Приготовление заправки: смешать по 1 ст. ложке растительного масла и лимонного сока, 1 ч. ложку горчицы, 1/2 ч. ложки порошка карри, молотый перец и соль.

Разложить смесь по тарелкам поверх салатных листьев и посыпать кунжутом.

Салат мясной с майонезом

150 г вареного мяса (или ветчины), 250 г вареного картофеля, 150 г моркови, 100 г сельдерея, 20 г стерилизованного горошка, 2 вареных яйца, 150 г соленых огурцов, 300 г майонеза, 3%-ный уксус, молотый черный перец, соль по вкусу.

Вымытую картошку сварить в «мундире» в соленой воде, почистить и дать остыть. Остывшую картошку нарезать небольшими кубиками. Морковь и сельдерей сварить отдельно и нарезать так же, как картошку. Соленые огурцы натереть на терке, вареные яйца измельчить. Вместе с горошком и ветчиной, нарезанной тонкими кусочками, все приготовленные компоненты осторожно перемешать и соединить с майонезом.

По вкусу добавить уксус, молотый черный перец и соль.

Готовый салат выложить на блюдо, гарнировать ветчиной, колбасой и яйцами.

Салат мясной с яблоками

300 г мяса, 200 г яблок, 100 г зеленого горошка, 100 г майонеза, 100 г апельсинов, 70 г репчатого лука, 2 вареных яйца, зелень, соль по вкусу.

Мясо (телятину, говядину, нежирную свинину) отварить в подсоленной воде и нарезать кубиками. Яйца отварить, почистить и порубить. Яблоки почистить от сердцевины и кожицы, нарезать кубиками. Репчатый лук нашинковать. Приготовленные продукты смешать, добавить зеленый горошек, соль, заправить майонезом, перемешать. Готовый салат украсить зеленью и дольками апельсина.

Салат мясной с маринованными огурцами

200 г отварного картофеля, 150 г вареной свеклы, 700 г маринованных огурцов, 50 г яблок, 200 г говядины, 1 сельдь, 3 вареных яйца, 400 г сметаны, зелень, хрен, уксус, сахар, соль по вкусу.

Отварное мясо, картофель, свеклу, очищенные от кожуры огурцы, яблоки, яйца и сельдь нарезать кубиками. К сметане добавить соль, сахар, хрен и уксус.

Нарезанные продукты положить в соус в следующей последовательности: яблоки, огурцы, мясо, сельдь, свекла, картофель, яйца. Салат осторожно перемешать двумя вилками и переложить в салатник.

Украсить огурцами, яйцами и зеленью.

Салат из мяса с овощами и крабовыми палочками

300 г мяса, 300 г картофеля, 100 г огурцов, 100 г зеленого салата, 50 г крабовых палочек, 3 вареных яйца, 150 г майонеза, 20 г острого кетчупа, перец, соль.

Мясо отварить в подсоленной воде со специями, обжарить на сковороде и нарезать небольшими кубиками. Крабовые палочки измельчить. Огурцы нарезать брусочками. Зеленый салат измельчить. Яйца отварить, почистить, мелко нарезать. Картофель отварить в «мундире», почистить от кожицы и нарезать кубиками.

Приготовленные продукты смешать, добавить соль, перец, заправить майонезом, кетчупом. Готовое блюдо украсить листьями зеленого салата.

Салат из мяса с сыром и зеленым горошком

250 г мяса, 200 г сыра, 100 г зеленого консервированного горошка, 50 г маринованных слив, 100 г майонеза, зелень, специи, соль по вкусу.

Говядину нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде со специями. Сыр натереть на крупной терке, маринованные сливы почистить от косточек и разрезать на 4 части.

Приготовленные продукты смешать, добавить зеленый горошек, соль, заправить майонезом. Готовый салат можно украсить зеленью петрушки и укропом.

Салат мясной с говяжьим языком

300 г мяса, 100 г говяжьего языка, 100 г соленых огурцов, 100 г ветчины, 70 г репчатого лука, 50 г анчоусов, горчица, зелень петрушки и укропа, специи, соль по вкусу.

Мясо сварить в подсоленной воде со специями и нарезать соломкой. Анчоусы измельчить. Отваренный язык почистить от кожи, мелко нарезать. Репчатый лук, соленые огурцы, ветчину нарезать кубиками.

Приготовленные продукты смешать, добавить горчицу и все хорошо перемешать.

Готовый салат необходимо украсить зеленью петрушки и укропа.

Салат с ветчиной под луковой заправкой

300 г ветчины, по 150 г зеленого горошка и вареного риса, 100 г помидоров, 1 вареное яйцо, зелень.

Для заправки: 4 луковицы, пучок петрушки, 120 г сливочного масла, 1 ч. ложка муки.

Ветчину нарезать мелкими кубиками. Смешать ее с горошком, рисом и заправить.

Приготовление заправки: измельчить луковицы и петрушку, подрумянить их в сотейнике на сливочном масле, посыпать мукой и обжарить смесь лука, петрушки и муки до золотистого цвета.

Украсить кушанье зеленью, дольками яйца и помидоров.

Салат с ветчиной и фруктами

250 г ветчины, 1 очищенное кисловатое яблоко, 1 банан, 1 ч. ложка лимонного сока, 8 небольших тарталеток из соленого песочного теста (готовый продукт), 4 ломтика копченого лосося, 4 вареных яйца, несколько листиков эстрагона.

***Для заправки:** 3 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки сливок, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 1/2 ст. ложки неострой приправы карри, сахар и соль по вкусу.*

Ветчину и банан нарезать мелкими кубиками, яблоко – сначала ломтиками, а затем полосками. Побрызгать смесь лимонным соком, перемешать с заправкой и заполнить ею тарталетки.

Яйца разрезать вдоль пополам и положить по половинке на каждую тарталетку. Ломтики рыбы разрезать вдоль и свернуть трубочкой. На каждую половинку яйца положить по рыбной трубочке. Украсить блюдо эстрагоном.

Приготовление заправки: майонез, сливки, лимонный сок соединить с неострой приправой карри, сахаром и солью и перемешать.

Салат с ветчиной и зеленым луком

200 г ветчины, 300 г зеленого лука, 150 г сыра, 80 мл растительного масла, 60 г зелени петрушки, 30 мл 3%-ного уксуса, 5 г столовой горчицы, хрен, 1 вареное яйцо, соль по вкусу.

Промытый зеленый лук (при необходимости очищенный от пожелтевших и вялых частей) нарезать небольшими кусочками, выложить на сито, поддержать под струей холодной воды, затем обдать кипятком и обсушить.

Сыр, ветчину нарезать мелкими кубиками и смешать с подготовленным луком. Петрушку измельчить, смешать с горчицей, натертым на терке хреном, уксусом, солью и растительным маслом.

Все хорошо перемешать, полить салат приготовленным соусом и украсить кружками вареных яиц.

Салат с ветчиной, рисом и сладким перцем

По 100 г ветчины, огурцов, помидоров, 200 г белокочанной капусты, 200 г сладкого перца, 20 г репчатого лука, 50 г майонеза, 5 г горчицы, 75 г отварного риса, соль по вкусу.

Капусту нашинковать, сладкий перец нарезать полосками, свежий огурец – кубиками, помидоры – кружочками.

Все смешать с отваренным рисом и ветчиной, посолить, добавить горчицу. Посыпать салат мелко резанным луком, зеленью и приправить майонезом.

Салат с ветчиной, рисом и стручковым перцем

*150 г ветчины, 2 – 3 шт. сладкого стручкового перца,
3 помидора, 4 ст. ложки вареного риса, 4 ст. ложки
консервированного зеленого горошка, 50 г зеленого лука,
25 г зеленого салата, 100 г майонеза, соль по вкусу.*

Ветчину, перец стручковый, салат нарезать соломкой, помидоры и яйца тонкими ломтиками, лук зеленый мелко нашинковать. Подготовленные продукты соединить, добавить отварной рис. Заправить майонезом, солью, перцем. При подаче оформить ветчиной, перцем, помидорами, листиками салата, посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Салат из ветчины с помидорами и сладким перцем

200 г вареной ветчины, по 3 помидора и сладких перца, 1/2 стакана отварного рассыпчатого риса, 3 ст. ложки зеленого горошка, 2 вареных яйца, зеленый лук, листовой салат, зелень.

Для заправки: майонез, черный молотый перец, сахар и соль.

Ветчину, перец и листья нарезать соломкой, помидоры – тонкими ломтиками. Яйца и лук мелко нашинковать. Смешать все компоненты и заправить. Украсить ветчиной, перцем, помидорами, листьями и посыпать зеленью.

Салат из ветчины с луком и сыром

250 г ветчины, 300 г зеленого лука, 150 г сыра, 1 вареное яйцо, 60 г измельченной зелени петрушки.

Для заправки: 80 мл растительного масла, 30 мл лимонного сока, по 5 г горчицы и тертого хрена, соль.

Лук нарезать небольшими кусочками, сыр и ветчину – мелкими кубиками. Компоненты смешать и заправить.

Украсить кружками яиц и зеленью.

Салат из ветчины с маслинами с винной заправкой

150 г ветчины, 400 г отварного картофеля, 50 г маслин, 50 мл сухого белого вина, зелень петрушки.

Для заправки: по 1 ст. ложке растительного масла и лимонного сока, сахар, соль.

Картофель, горячим, нарезать кружочками и, не давая остыть, залить вином. Маслины, ветчину и зелень мелко нарезать.

Заправить блюдо и украсить зеленью.

Салат с ветчиной и виноградом

200 г ветчины, 150 г зеленого горошка, 4 вареных яйца, 1 мелко нарезанный пучок петрушки, 250 г винограда.

Для заправки: По 2 ст. ложки майонеза, кетчупа и вина, 250 г йогурта, 4 ст. ложки холодного овощного бульона, 1 ч. ложка сладкого красного перца, соль.

Горошек варить в соленой воде 6 мин. и охладить (можно заменить консервированным). Яйца нарезать крупно, ветчину – соломкой, виноградинки, удалив косточки, – пополам. Ингредиенты перемешать и заправить салат.

Перед подачей посыпать зеленью.

Салат из ветчины с макаронами и сыром

250 г вареной ветчины, по 150 г сыра и вишни, 2 стебля кочанного сельдерея, 200 г небольших вареных макаронных изделий, 50 г измельченных ядер грецких орехов.

Для заправки: 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки винного уксуса, 1 яичный желток, чесночный порошок, молотый перец (черный и красный), сахар и соль.

Ветчину и сыр нарезать кубиками, сельдерей – кусочками толщиной 1 см. Добавить макароны и заправку.

Посыпать ягодами (без косточек) и орехами.

Салат из ветчины с папайей и фисташками

100 г сырой ветчины, 2 папайи, 5 кочанчиков цикорного салата, мелко нарубленные фисташки.

Для заправки: 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 50 мл сухого белого вина, по 1 щепотке сахара и соли.

Ветчину нарезать мелкими кубиками, папайю – пополам и, удалив зерна, вынуть мякоть специальной ложкой для вырезания шариков. С салата снять 12 красивых листиков, оставшиеся нарезать мелкими кольцами.

Выложить листьями 4 вазочки для коктейля. Смешать шарики папайи с ветчиной и салатом, разложить по вазочкам, полить заправкой и посыпать фисташками.

«Зимний салат»

300 г ветчины, вареные 1 кг картофеля и 500 г моркови, 350 г консервированного горошка, 7 – 8 соленых огурцов, 200 г майонеза, маслины без косточек, черный молотый перец, лимон и зелень петрушки.

Для заправки: 200 г майонеза, сок 1 лимона и соль по вкусу.

Картофель, ветчину, морковь и огурцы нарезать кубиками. Смешать и выдержать в холодном месте.

Майонез развести картофельным отваром, осторожно добавить к смеси и посыпать перцем.

Салат распределить на порции. Полить каждую порцию заправкой, украсить маслинами, кружочками лимона и веточками петрушки.

Ветчину можно заменить колбасой или жареным мясом.

Салат из ветчины с яйцом и луком-пореем

300 г ветчины, 800 г лука-порея, 4 вареных яйца, 100 г сыра, зелень петрушки.

Для заправки: 100 мл портвейна, 150 мл овощного бульона (можно из кубика), 1 ст. ложку винного уксуса, 2 полоски тонко нарезанной апельсиновой кожуры и сок 1/2 лимона.

Ветчину нарезать полосками, лук – кольцами, яйца – кружочками, сыр – кубиками, зелень нарубить. Все продукты перемешать, полить заправкой.

Приготовление заправки: смешать портвейн, овощной бульон (можно из кубика), винный уксус, полоски тонко нарезанной апельсиновой кожуры и сок 1/2 лимона.

Украсить любыми из входящих компонентов: луком-пореем, дольками яиц или зеленью.

Салат из ветчины с цветной капустой, грибами и рисом

400 г ветчины, отварные 300 г рассыпчатого риса и 1 кочешок цветной капусты, 1 луковица, 200 г зеленого горошка, 150 г соленых (маринованных) грибов, листики Melissa.

Для заправки: 1 измельченная луковица, 30 мл растительного масла, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка карри, 125 мл овощного бульона (можно из кубика), 120 мл белого вина, по 250 мл молока и сливок, соль и перец.

На середину салатника выложить горкой смесь риса с нарезанной кубиками ветчиной. Вокруг уложить нарезанные грибы, кольца лука и маленькие соцветия капусты.

Приготовление заправки: пассеровать измельченную луковицу в растительном масле, добавить муку, 1 ст. ложку карри и слегка подрумянить. Помешивая, влить овощной бульон (можно из кубика), белое вино, молоко и сливки, добавить соль и перец. Кипятить 5 мин.

Заправить блюдо заправкой, посыпать горошком и украсить мелиссой.

Салат из ветчины с авокадо и сладким перцем

12 тонко нарезанных ломтиков ветчины, 3 спелых авокадо, 1 огурец, 1 помидор, 2 стручка сладкого перца разных цветов, 1 лимон, зелень.

Для заправки: 6 ст. ложек оливкового масла, 3 ст. ложки винного уксуса, измельченные 1 луковица и 3 вареных яйца, молотый перец и соль.

На ветчину положить тонко нарезанный полосками авокадо. Вокруг уложить кольца перцев, кружочки огурцов и помидоров.

Полить заправкой, украсить зеленью и сегментами лимона.

Салат из ветчины «Осенний»

300 г ветчины, 400 г отварного картофеля, 20 г сельдерея, 50 г моркови, 100 г свежих грибов, 200 г соленых огурцов, 1 моченое (свежее) яблоко.

Для заправки: 2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 1/3 стакана бульона.

Грибы отварить и мелко нашинковать. Картофель, сельдерей, морковь, ветчину, огурцы и яблоко нарезать кубиками.

Приготовление заправки: луковицы мелко порубить и обжарить с мукой на сливочном масле. Добавить сметану, немного бульона, довести до кипения и снять с огня.

Смесь перемешать, соединить с заправкой и украсить веточками сельдерея.

Салат из грудинки с кабачками и фасолью

100 г грудинки, по 400 г кабачков, моркови и консервированной белой фасоли.

Для заправки: 4 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки овощного бульона, мелко нарезанная петрушка, 2 – 3 веточки укропа, по 2 ст. ложки винного уксуса и белого вина, черный молотый перец и соль по вкусу.

Кабачки и морковь нарезать кружочками слегка наискосок, бланшировать в бульоне 5 мин. Откинуть на дуршлаг, а бульон собрать.

Грудинку нарезать кубиками.

Приготовление заправки: смешать растительное масло, овощной бульон, винный уксус, белое вино, мелко нарезанную петрушку, черный молотый перец и соль.

Нарезанную массу смешать с заправкой и оставить на 1 ч.

Перед подачей блюдо украсить зеленью.

Салат из грудинки с яйцом и зеленью

150 г копченой грудинки, 400 г листового салата, 2 вареных яйца, зелень петрушки и базилик, 1 ст. ложка растительного масла.

Для заправки: лимонный сок, молотый перец, соль.

Грудинку нарезать кубиками. Нарезанные листья салата выложить на блюдо. Добавить обжаренную в масле грудинку, измельченные яйца, зелень и заправить.

Приготовление заправки: смешать лимонный сок, молотый перец, соль.

Салат из грудинки с чечевицей и анчоусами

500 г копченой грудинки, 250 г отварной чечевицы, 100 г анчоусов, зелень орегано, 1 средняя луковица, 1 стручок сладкого перца.

Для заправки: 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка винного уксуса, орегано, 1/2 пучка мелко нарезанной петрушки, по ½ ч. ложки белого молотого перца и соли.

Анчоусы разделить на кусочки, грудинку нарезать кубиками, лук и перец – кольцами, зелень измельчить.

Смешать все это с чечевицей, залить заправкой и украсить листиками орегано.

Приготовление заправки: соединить растительное масло, винный уксус, орегано, мелко нарезанную петрушку и белый молотый перец, соль и перемешать.

Салат со свининой

500 г свинины, 450 г картофеля, 350 г соленых огурцов, 100 г зеленого салата, 3 вареных яйца, 300 г майонеза, перец, соль по вкусу.

Очищенный вареный картофель и жаренное крупными кусками мясо нарезать ломтиками. Соленые огурцы почистить от загрубевшей кожицы, нарезать вдоль на четыре части, удалить семена и тоже нарезать ломтиками. Подготовленные продукты слегка подсолить, поперчить, перемешать, заправить майонезом.

Уложить горкой в салатник, смазать сверху майонезом и украсить продолговатыми ломтиками свинины, дольками вареного яйца и листьями салата, нарезанными лепестками.

Салат с бужениной, сыром и помидорами

200 г буженины, 300 г листового салата, по 50 г сыра, огурцов и репчатого лука, 100 г помидоров, сладкий перец разных цветов, зелень.

Для заправки: 6 ст. ложек растительного масла, 3 ст. ложки винного уксуса, 1 ч. ложка острой горчицы, 2 ст. ложки рубленых разных трав (петрушка, любисток, тимьян, бедренец, мята), белый молотый перец на кончике ножа, 1/2 ч. ложки соли.

Мясо, сыр, огурцы, лук и помидоры нарезать кубиками, перец и листья – полосками. Перемешать все ингредиенты с заправкой и посыпать измельченной зеленью.

Приготовление заправки: соединить растительное масло, винный уксус, горчицу, рубленые разные травы (петрушку, любисток, тимьян, бедренец, мяту), белый молотый перец и соль, тщательно перемешать.

Салат с бужениной и яйцами

150 г буженины, 150 г майонеза, 30 г лимона, 7 вареных яиц, зелень петрушки, горчица, перец, соль по вкусу.

Вареные яйца почистить и нарезать кружочками. Буженину мелко нарезать, выложить на яйца и заправить смесью майонеза, горчицы и черного молотого перца.

Салат украсить зеленью петрушки и дольками лимона.

Салат с бужениной и сыром

*200 г буженины, 150 г сыра, 100 г майонеза, 3
вареных яйца, зелень.*

Буженину, нарезанную полосками, перемешать с натертым на крупной терке сыром и с мелко рубленными яйцами. Приготовленные продукты смешать, заправить майонезом.

Готовый салат украсить зеленью и кусочками буженины.

Салат с бужениной и картофелем

500 г картофеля, 100 г буженины, 100 г соленых огурцов, 30 г репчатого лука, 80 мл растительного масла, 30 мл 3%-ного уксуса, 10 г горчицы, зелень петрушки, перец, соль по вкусу.

Картофель отварить, почистить и нарезать тонкими кусочками. Буженину, соленые огурцы, репчатый лук мелко нарезать. Приготовленные продукты смешать, добавить соль, перец, заправить смесью из растительного масла, уксуса и горчицы.

Готовый салат украсить мелко рубленной зеленью петрушки.

Салат с бужениной и кабачками

200 г буженины, 400 г кабачков, 1 ст. ложка растительного масла, 50 мл холодного бульона, 150 г сыра, 100 г майонеза, 3 вареных яйца, зелень.

Кабачки почистить, нарезать на кусочки и бланшировать 5 мин. Буженину, нарезанную полосками, соединить с кабачками и перемешать с натертым на крупной терке сыром и с мелко рубленными яйцами.

Приготовленные продукты смешать, заправить майонезом. Готовый салат украсить зеленью и кусочками буженины.

Салат острый

200 г картофеля, 100 г буженины, 100 г соленых огурцов, 50 г репчатого лука, 50 г маринованных грибов, 40 г рыбы горячего копчения, 30 г лимона, 20 г грецких орехов, 20 г сыра, 80 г майонеза, 15 мл 3%-ного уксуса, 100 г майонеза, лимонный сок, зелень, перец, соль по вкусу.

Вареный картофель почистить и нарезать маленькими кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Рыбу отделить от костей и кожи. Буженину, грибы, рыбу, репчатый лук и соленые огурцы нарезать кубиками. Все смешать, добавить соль, перец, измельченные грецкие орехи, лимонный сок и заправить майонезом.

Готовый салат украсить зеленью, грибами, кусочками буженины.

Салат из буженины по-гречески

500 г буженины, 300 г отварной зеленой фасоли, 4 картофелины, сваренные «в мундире», 400 г помидоров черри, 1/2 стакана маслин (без косточек), 1 пучок зеленого салата.

Для заправки: 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка винного уксуса, орегано, 1/2 пучка мелко нарезанной петрушки, по 1 щепотке белого молотого перца и соли.

Буженину и картофель нарезать кубиками, помидорчики и маслины – на половинки.

Приготовление заправки: соединить растительное масло, винный уксус, орегано, мелко нарезанную петрушку, белый молотый перец, соль и тщательно перемешать.

Разложить все на листья салата и полить заправкой.

Салат из буженины с картофелем и фасолью

300 г буженины, 3 картофелины, 50 г вареной (или консервированной) фасоли, 1 луковица (или 1/2 стебля лука-порея), 1 средний помидор, зелень по вкусу.

Для заправки: 2 – 3 ст. ложки топленого масла, 2 ст. ложки белой муки, 2 стакана мясного бульона, 1 сырой яичный желток, 40 г сливочного масла, 250 г сметаны, 1 ст. ложка лимонного сока, перец и соль по вкусу.

Картофель в «мундире» запечь в духовке, охладить и, не очищая, нарезать кружочками, помидор – мелкими кубиками, лук – кольцами (слегка ошпарить), зелень нашинковать, сильно не измельчая.

Приготовление заправки: котелок (или небольшую кастрюлю) с топленным маслом поставить на слабый огонь, всыпать белую муку и, помешивая, обжарить. Влить горячий мясной бульон и 10 мин. кипятить. Снять с огня, положить сырой яичный желток, соль и перец, сливочное масло, сметану и влить лимонный сок.

Все перемешать, заправить и посыпать зеленью.

Салат с маринованным мясом и черносливом

300 г жаркого из маринованной баранины, 20 г чернослива, 1 стебель лука-порея, 200 г вареных шампиньонов, 50 г листьев салата, 2 помидора.

Для соуса: 3 ст. ложки оливкового масла, 1 1/2 ст. ложки 3%-ного уксуса, тмин, перец, сахар, соль по вкусу.

Чернослив вымочить, удалить косточки. Лук-порей нарезать тонкими кружочками, мясо и грибы – полосками. Подготовленные продукты залить смесью оливкового масла и уксуса, к которой добавлены соль, сахар, тмин и перец.

Дать салату пропитаться. Выложить его в салатник, украсить кружочками помидора и листьями салата.

Салат из тушеного мяса кролика

1 кролик, 100 г копченой грудинки, нарезанной брусочками, 1 1/2 ст. ложки оливкового масла, 500 мл питьевой воды, 3 луковицы, 1 лавровый лист, 1 веточка тимьяна, 2 пучка смеси салатов, 12 помидоров черри, 1 пучок базилика, 1 листовое утолщение фенхеля, 30 кедровых орехов, соус «Винегрет» с оливковым маслом, молотый перец, соль по вкусу.

Мясо кролика замочить на несколько часов в холодной воде. Затем вынуть, обсушить, нарезать кусочками, посолить, поперчить и обжарить его в прокаленном оливковом масле до золотистой корочки. Затем на той же сковороде обжарить измельченный репчатый лук, а потом, в течение 5 мин., – грудинку.

Мясо, грудинку, лук, тимьян и лавровый лист положить в керамическую миску, залить водой и тушить на водяной бане 2 ч. Готовое мясо кролика отделить от костей и выложить в образовавшийся после приготовления соус.

Салатную смесь вымыть и обсушить. Перемешать с нарезанным тонкими пластинками фенхелем, рубленым базиликом и заправить соусом «винегрет». Разложить салат небольшими порциями на тарелки. Выложить на него горячее мясо кролика. Добавить помидоры и посыпать все кедровыми орехами.

Салат с жареными ломтиками крольчатины

2 спинки кролика, 100 г грудинки, 100 г шампиньонов, 2 горсти крупно порезанной смеси салатов, 1 помидор, 1 луковица, смесь растительного и сливочного масел, 1 горстка ядер грецких орехов, листики базилика.

Для соуса «Винегрет»: 3 ст. ложки хересного уксуса, зелень петрушки, перец, соль.

Шампиньоны вымыть и мелко нашинковать. Салаты вымыть, обсушить, приправить соусом «винегрет». Выложить слоем на тарелки.

Мясо кролика отделить от костей, зачистить от пленки и нарезать тонкими ломтиками. Приправить солью и молотым перцем, смешать с брусочками копченой грудинки, грецкими орехами, рубленным луком, шампиньонами и пожарить все вместе на сковороде в разогретой смеси растительного и сливочного масел примерно 5 мин.

Затем всыпать 1 ст. ложку рубленой петрушки, разбавить укусом и тушить 1 мин. Выложить приготовленную смесь поверх салата. Посыпать свежей зеленью базилика и украсить дольками помидора.

Салат из салями с яйцом и фенхелем

50 г тонко нарезанной салями, мелко нарезанные головки фенхеля, измельченные 1 ст. ложка лука и 1 вареное яйцо, 6 – 8 черных маслин, 3 ст. ложки французского соуса, несколько листиков салата и петрушки.

Колбасу (отложив 2 кусочка), фенхель, лук, яйцо и маслины смешать с соусом. Выложить тарелку листьями салата и положить на них смесь.

Украсить свернутыми в трубочку кусочками колбасы и петрушкой.

Салат из колбасы со сладким перцем и сыром

300 г вареной колбасы, 100 г сыра, 1 пучок зеленого лука, 1 луковица, 1 стручок красного сладкого перца, 1 огурец.

Для заправки: по 3 ст. ложки растительного масла и винного уксуса, 1/2 ч. ложки сахара, черный молотый перец и соль.

Колбасу, огурец и репчатый лук нарезать тонкими кружочками, сыр – тонкими ломтиками, перец (без семян) – тонкими полосками, зеленый лук – мелкими колечками. Перемешать все продукты с заправкой.

«Закусочный»

250 г колбасы, 1 кочан салата, 1 пучок редиса, 300 г огурцов, 1 небольшая красная луковица, 10 г топленого масла, 1/2 пучка базилика, 125 г овечьего сыра.

Для заправки: 4 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки овощного бульона, мелко нарезанная петрушка, по 2 ст. ложки винного уксуса и белого вина, черный молотый перец и соль.

Листья салата нарезать некрупно, редис – на 4 части, сыр, огурцы и лук – мелкими кубиками.

Разложить все компоненты по 4 тарелкам.

Колбасу нарезать небольшими ломтиками, подрумянить в топленом масле, остудить и выложить поверх салата вместе с овечьим сыром.

Приготовление заправки: соединить растительное масло, овощной бульон, мелко нарезанную петрушку, винный уксус и белое вино, черный молотый перец и соль по вкусу и тщательно перемешать.

Нашинкованные полосками листочки базилика перемешать с заправкой.

Салат из колбасы со сладким перцем и кукурузой

200 г вареной колбасы, 100 г твердого сыра, 2 луковицы, по 1/2 красного и зеленого сладкого перца, 4 средних помидора, 100 г маринованных огурцов, 300 г консервированной кукурузы, соль по вкусу.

Для заправки: 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки винного уксуса (можно столового вина), по 1/2 ч. ложки горчицы и паприки, по 1/2 ч. ложки сахара и кайенского перца, несколько горошин черного перца и соль.

Перец, колбасу, сыр нарезать соломкой, лук, помидоры и огурцы – кольцами.

Все перемешать с заправкой и дать постоять 20 мин.

Приготовление заправки: соединить растительное масло, винный уксус, горчицу и паприку, сахар и кайенский перец, несколько растертых горошин черного перца и соль и тщательно перемешать.

Салат из салями с овощами и рисом

200 г вареной салями, по 3 чашки вареного холодного риса и свежемороженой разных овощей, 1 яблоко, 1/4 клубня сельдерея, 2 ст. ложки разных рубленых трав.

Для заправки: 6 ст. ложек растительного масла, 500 мл йогурта, 2 ст. ложки лимонного сока, молотый перец и соль.

Приготовить овощи (согласно рекомендации на упаковке). Колбасу, яблоко и сельдерей нарезать кубиками.

Смешать все ингредиенты с заправкой и травами.

Салат из колбасы с маринованными огурцами и сыром

300 г колбасы, 140 г сыра, 2 луковицы, по 2 помидора и маринованных огурца, 4 ст. ложки измельченного зеленого лука, 2 вареных яйца, немного петрушки.

Для заправки: по 2 ст. ложки лимонного сока и масла из проросшей пшеницы, молотый перец и соль.

Колбасу нарезать сначала кружочками, затем – полосками, огурцы – кубиками и соломкой, лук – кольцами, сыр – тонкой соломкой. Все смешать с зеленым луком и заправкой, накрыть крышкой и поставить на 15 мин. в холодильник.

Нарезать на 4 части яйцо и помидоры. Разложить салат по тарелкам, украсить дольками яиц, помидоров и веточками петрушки.

Салат из колбасы с кукурузой, огурцами и сыром

400 г колбасы, по 200 г сыра, маринованных огурцов и консервированной кукурузы, 1 небольшой пучок зеленого лука.

Для заправки: 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки винного уксуса, 1 измельченная луковица, 1 ч. ложка неострой горчицы, 1 растертый зубчик чеснока, 1/3 ч. ложки острого красного перца, белый молотый перец и соль.

Колбасу нарезать тонкими ломтиками, сыр – мелкой соломкой, огурцы и яблоко – маленькими кусочками.

Смешать ингредиенты, заправить и перед подачей посыпать измельченным луком.

Мясное ассорти с фасолью и кукурузой

По 150 г салями и вареной колбасы, 100 г ветчины, 1 луковица, по 1 банке (425 г) красной и белой фасоли и кукурузы, несколько салатных листьев, 3 веточки петрушки.

Для заправки: 1 мелконарезанная луковица, 50 мл растительного масла, 125 г сметаны, 150 г йогурта, по 1 ст. ложке горчицы, измельченной зелени петрушки и зеленого лука, соль и перец.

Вареную колбасу и ветчину нарезать полосками, лук – кольцами. С кукурузы и фасоли слить жидкость.

Все продукты, кроме салями, смешать с заправкой и настоять 15 мин.

Приготовление заправки: обжарить мелко нарезанную луковицу на растительном масле, смешать со сметаной, йогуртом, добавить горчицу, нарезанную зелень петрушки и зеленого лука, соль и перец.

Листьями выстелить тарелки и выложить на них салат. Украсить мелко нарубленной петрушкой и красиво свернутыми ломтиками салями.

«Немецкий»

300 г ветчинной колбасы, 200 г сыра, 3 маринованных огурца, 2 вареных яйца, зеленый лук, 1 помидор.

Для заправки: по 2 ст. ложки растительного масла и лимонного сока, 1 измельченная луковица, 1 толченый зубчик чеснока и 1 ст. ложка горчицы.

Колбасу и сыр нарезать соломкой, огурцы, яйца и помидоры – мелкими кубиками. Смешать, залить заправкой и настоять 30 мин. Перед подачей украсить зеленым луком.

Салат из колбасы с картофелем и сыром

200 г вареной колбасы, жареный картофель, 1 ст. ложка смальца, 100 г тертого сыра, красный молотый перец, веточки зелени, соль.

Для заправки: 1 ч. ложка томат-пасты (или густое пюре из свежих помидоров), 2 растертых с солью зубчика чеснока и 1 нарезанная тонкими кольцами луковица.

Колбасу нарезать мелкой соломкой, посыпать перцем, посолить и слегка потушить в смальце. Остудить, смешать с кружками картофеля, полить заправкой и посыпать сыром. Украсить зеленью.

Приготовление заправки: соединить томат-пасту (или густое пюре из свежих помидоров) с зубчиками чеснока и нарезанной тонкими кольцами луковицей.

Салат из «венских» колбасок с картофелем

2 «венские» колбаски, 500 г картофеля, сваренного «в мундире», по 1 пучку базилика и зеленого лука.

Для заправки: растительное масло, горчица, мелко нарубленный лук, молотый перец, соль.

Колбаски, лук и картофель нарезать кружочками, базилик мелко нарубить (оставить несколько листиков для оформления).

Колбаски и базилик соединить с луком, картофелем и заправкой.

Перед подачей салат украсить зеленью.

Салат с колбасой и дыней

250 г колбасы, 150 г мелких шампиньонов, 50 г огурцов, 1 1/2 стручка сладкого зеленого и 1/2 красного перца, 2 шт. филе копченой форели, 4 тонкие дольки дыни, 2 вареных яйца, несколько листов кочанного салата.

Для заправки: 2 ст. ложки растительного масла, по 1 ст. ложке винного уксуса и кубиков репчатого лука, по 1 щепотке перца молотого и сухого любистока.

Шампиньоны разрезать на 4 части и смешать с заправкой. Колбасу и огурец нарезать полосками, перец – кубиками. Положить в грибы по 1 ст. ложке кубиков зеленого и красного перца. Перемешать с заправкой колбасу, огурцы и оставшиеся кубики перца.

На листья положить мясной салат, форель, дыню, дольки яйца и салат из шампиньонов. Полить яйца заправкой.

200 г колбасы, 150 г свежесзамороженной смеси гороха и моркови, 50 г консервированного сельдерея, 4 помидора, 3 вареных яйца, 1 ч. ложка крупномолотого черного перца, 3 ч. ложки красной икры.

Для заправки: 2 ст. ложки майонеза, 1/2 ч. ложки соевого соуса, по 1/2 ч. ложки белого молотого перца, сельдереистой и простой соли.

Овощную смесь сварить под крышкой в небольшом количестве соленой воды, окатить ее холодной и дать ей стечь. Колбасу и сельдерей нарезать тонкими полосками и перемешать с заправкой. Помидоры нарезать тонкими ломтиками, посыпать перцем и разложить по краям порционных тарелок, а в середину выложить салат. Яйца разрезать пополам вдоль и положить на салат (по 3 шт. на каждую тарелку). На каждую половинку яйца положить по 1/2 ч. ложки красной икры.

Салат из языка с грибами

250 г отварного языка, 150 г вареного филе курицы, 200 г маринованных грибов, 100 г вареного сельдерея, 150 г майонеза, 100 г сметаны, лимонный сок, перец, соль по вкусу.

Отварной язык, филе курицы, сельдерей и грибы нарезать полосками. Майонез смешать со сметаной, затем добавить лимонный сок, соль и перец.

Залить смесью приготовленные продукты и осторожно переложить в салатник.

Салат из языка с савойской капустой и солеными грибами

300 г отварного языка, 200 г савойской капусты, 8 – 10 г листиков салата, 3 – 4 соленых (отварных) гриба, 150 г огурцов.

Для заправки: майонез, молотый перец и соль.

Капусту и листья тонко нашинковать и выложить на середину салатника. Вокруг разложить ломтики языка, огурцов и грибов. Полить заправкой.

Салат из бараньих языков с морковью и репой

12 бараньих языков, листья салата-латука, 1 стручок сладкого красного перца, 1 лук-порей, 1 морковь, 1 репа, 1 небольшой пучок кервеля, небольшие черные оливки.

Для заправки: 6 ст. ложек оливкового масла, 1/2 ч. ложки острой горчицы, 2 ст. ложки винного уксуса, молотый перец и соль.

Языки поварить 5 мин. в большом количестве воды. Затем остудить и положить в другую кастрюлю – с кипящей водой, очищенными пореем, репой, морковью, молотым перцем и солью. Варить 1,5 ч. Перец опустить в кипяток, поварить 10 мин., очистить от кожицы и нарезать полосками.

Языки очистить от кожицы и нарезать тонкими ломтиками. На порционные тарелки выложить листья и сладкий перец, на них – ломтики языка.

Полить заправкой, украсить листиками кервеля и оливками.

Салат из языка и курицы с овощами и ветчиной

По 150 г отварных языка и курицы, по 100 г ветчины и салатной заправки, по 75 г помидоров и консервированных огурцов, по 50 г репчатого лука и очищенного сладкого перца, по 25 г маслин и листового салата, зелень и 3 вареных яйца.

Для заправки: 200 г майонеза, молотый перец и соль.

Ветчину, язык и курицу нарезать пластинками, помидоры – мелкими дольками, лук – соломкой, перец нашинковать полукольцами.

Перемешать компоненты с заправкой и выложить на листья салата.

Украсить ломтиками яиц, маслинами (без косточек) и зеленью.

Салат из языка с морковью и яблоком

100 г отварного языка, по 2 сладких красных перца, вареных яиц и кислых яблок, 2 вареные моркови, 1/2 стакана нарезанной зелени петрушки (укропа), листовой салат.

Для заправки: по 2 ст. ложки растительного масла и лимонного сока, соль по вкусу.

Все составляющие (кроме яиц) нарезать и соединить с заправкой.

Украсить кушанье листьями и кружками яиц.

Салат с языком и спаржей

100 г отварного языка, по 50 г зеленого горошка и тушеной спаржи.

Для заправки: 1 ст. ложка майонеза, 3 – 4 ст. ложки густых сливок, мелко нарезанная зелень по вкусу.

Мясо нарезать кубиками, спаржу – кусочками. Перемешать, добавить горошек и залить заправкой.

Приготовление заправки: майонез смешать с густыми сливками и добавить мелко нарезанную зелень.

Салат с ветчиной, перцем и авокадо

250 г языка, 100 г ветчины (или копченой грудинки), 150 г сладкого перца, 50 г оливок (маслин) без косточек, 120 г консервированных грибов, 1 авокадо, 1 пучок зеленого лука, 3 ст. ложки зеленого горошка, листья базилика, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, 1 щепотка тертого мускатного ореха, майоран, черный молотый перец, кетчуп, растительное масло и соль.

Мясо, очищенный от семян и белых пленок перец, оливки (маслины) и чеснок провернуть через мясорубку, посолить и поперчить. Добавить мускатный орех, майоран, яйцо и тщательно перемешать.

Сформовать шарики, прожарить со всех сторон на масле, охладить и выложить на середину блюда. Вокруг уложить горошек, полоски лука, кубики авокадо и грибов.

Полить кушанье кетчупом и украсить базиликом.

Салат из языка с творогом и овощами

100 г отварного языка, 2 печеные картофелины, по 20 г творога, тертого сыра и соленых (маринованных) огурцов, несколько салатных листьев, 4 – 5 помидоров черри, зелень, 1 ч. ложка паприки.

Для заправки: 2 – 3 дольки чеснока, 75 мл оливкового масла и рубленая петрушка по вкусу.

Язык и огурцы нарезать кубиками, помидорчики – пополам, сыр натереть на крупной терке, листья и зелень измельчить.

Смешать эти продукты, сверху положить кружочки очищенного картофеля, полить заправкой и посыпать паприкой.

Украсить листиками зелени.

Приготовление заправки: чеснок пропустить через пресс, добавить оливковое масло и рубленую петрушку.

Салат из сердца с картофелем и зеленью

600 г сердца, 300 мл вина, 1 луковица, 1 морковка, 2 картофелины, по 1/2 корней сельдерея и петрушки, зелень, сахар, черный молотый перец, лавровый лист, соль по вкусу.

Для заправки: 1/2 корня хрена, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка муки, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки мясного бульона.

Мясо нарезать кусочками, посолить, поперчить, залить вином и поставить на холод на 2 ч. Затем положить в кипящую подсоленную воду и варить 20 мин. Добавить лавровый лист, перец, сахар, соль, нарезанные картофель, морковь и корни. Варить на слабом огне до готовности.

Приготовление заправки: натереть хрен, залить кипятком, отжать и слегка поджарить на сливочном масле с 1 ч. ложкой муки. Размешать со сметаной, мясным бульоном и вскипятить.

Выложить мясо на блюдо вперемешку с овощами, полить заправкой и посыпать измельченной зеленью.

Салат из куриных сердечек с солеными грибами и рисом

250 г куриных сердечек, 1 луковица, зелень, 100 г отварного рассыпчатого риса, 50 г соленых (маринованных) грибов, 1 вареное яйцо, зеленый лук, растительное масло, несколько салатных листьев, молотый перец и соль по вкусу.

Для заправки: 30 мл оливкового масла, 10 г соевого соуса, 2 мл сока тертого свежего имбиря и 1/2 ч. ложки ликера.

Сердечки нарезать кружочками, лук – кольцами. Посолить их, поперчить, обжарить в масле до готовности, охладить и выложить на листья салата.

Вокруг разложить рис, зеленый лук, нарезанные грибы (маленькие – целиком).

Приготовление заправки: соединить оливковое масло, соевый соус, сок тертого свежего имбиря, 1/2 ч. ложки ликера и перемешать.

Залить заправкой, посыпать измельченной зеленью и украсить кружочками яиц.

Салат из куриной печени с помидорами, яйцом и зеленью

150 г куриной печени, 8 помидоров, 2 вареных яйца, 1 луковица, 1/4 стебля сельдерея, несколько салатных листьев, молотый перец, зеленый лук, соль, петрушка.

Для заправки: растительное масло, молотый перец и соль.

Отварную куриную печень мелко нарубить, луковицу и сельдерей нашинковать. Перемешать подготовленные продукты с заправкой.

Из помидоров вынуть сердцевину, посолить, поперчить и наполнить их фаршем. Выложить в салатник вместе с полосками зеленого лука и квадратиками листьев салата. Украсить измельченной петрушкой.

САЛАТЫ С ПТИЦЕЙ

Салат с цыпленком по-английски

*500 г цыпленка, 300 г корня сельдерея, 150 г грибов,
75 г соленых огурцов, 200 г майонеза, горчица, соль по
вкусу.*

Отварить цыпленка, удалить кости, мясо измельчить.
Добавить нарезанные соломкой корень сельдерея, соленые
огурцы, вареные грибы, соль.

Салат перемешать и заправить майонезом с горчицей.

Салат из домашней птицы по-венгерски

300 г вареного мяса птицы, 200 г красного сладкого перца, 3 вареных яйца, 100 г клубники, стакан майонеза, соль по вкусу.

Мясо птицы нарезать мелкими кусочками. Перец очистить от семян и нарезать мелкой соломкой.

Яйца разрезать на 4 части, все смешать с майонезом, всыпать ягоды и слегка посолить. Пряности не добавлять.

Салат с домашней птицей по-итальянски

*300 г вареного мяса птицы, 200 г отварных макарон,
100 г вареного окорока, 2 помидора, 200 г майонеза, соль
по вкусу.*

Вареное мясо птицы, макароны и окорок нарезать кусочками.
Помидоры разрезать на 4 части.

Все смешать с майонезом и посолить.

Салат с цыпленком по-карибски

2 цыпленка, 1 ст. ложка сливочного масла, 6 крупных ароматных мягких груш, 3 лимона, 200 г сметаны, черный и красный молотый перец, 2 ст. ложки горчицы, листья салата, соль.

Предварительно обработанные тушки цыплят обжарить на вертеле или в жарочном шкафу, добавив немного жира. Затем, удалив кожу, отделить мясо грудки и ножек, нарезать его кусочками и положить в глубокую тарелку. Обжарить печень цыплят на масле настолько, чтобы она стала совсем светлой, затем размять ее вилкой. Почистить груши, удалив сердцевину с семенами, и нарезать одинаковыми кусочками такого же размера, как и мясо цыпленка. Залить их соком лимонов, чтобы не потемнели, и положить к мясу в глубокую тарелку. Прибавить к растертой печени сок лимона, горчицу, черный перец и соль по вкусу и хорошо взбитую сметану. Слегка размешать и прибавить к мясу цыпленка и грушам.

Салат размешать, посыпать черным перцем, в нескольких местах красным перцем и украсить маленькими листочками зеленого салата.

Салат из домашней птицы с малиной

300 г вареного мяса птицы, 200 г красного сладкого перца, 3 вареных яйца, 100 г малины, 200 г майонеза, соль по вкусу.

Мясо птицы нарезать мелкими кусочками. Перец очистить от семян и нарезать мелкой соломкой.

Яйца разрезать на 4 части. Все смешать с майонезом, добавить ягоды и слегка посолить.

Пряности не добавлять!

Салат по-французски из птицы с фруктами

2 вареных куриных крылышка, 1 апельсин, 1 банан, 1 ананас, 1 салат-латук, 100 г вареного риса, 1/2 сладкого зеленого или желтого перца, 1/2 сладкого красного перца, 4 ст. ложки консервированной кукурузы, немного тертого кокосового ореха, экзотический дрессинг или соус «Индийский».

Ананас разрезать вдоль пополам. Из обеих половинок вырезать мякоть и нарезать ее мелкими кубиками. Пустые половинки ананаса отложить.

Салат-латук вымыть, обсушить и нарезать лапшой. Перцы нарезать мелкими кубиками, банан – кружочками. Апельсин очистить и разделить на дольки, которые тщательно почистить от пленок.

Фрукты перемешать с перцем, рисом, кукурузой и нарезанной курятиной. Заправить салат соусом и перемешать.

Выложить половинки ананаса нарезанным латуком и заполнить их приготовленным салатом. Посыпать тертым кокосом.

Салат по-турински из птицы и айвы

200 г отварного мяса птицы, 1 айва, 1 яблоко, 1 – 2 маринованных огурца, 1 картофелина, 2 вареных яйца, 4 ст. ложки сметанного соуса, зелень.

Мясо птицы, очищенный отварной картофель, яблоки и огурцы нарезать тонкими ломтиками, вареные яйца – дольками (или разрезать пополам фигурным ножом).

Разложить в салатнице все компоненты в определенном порядке: в середину выложить картофель и посолить, сверху положить яйца. Вокруг горками разложить огурцы, мясо, айву и зелень.

Все залить сметанным соусом так, чтобы были видны компоненты салата.

Салат «Торонто» из курицы и крабового мяса

1 курица, 500 г картофеля, 300 г соленых огурцов, 100 г салата, 120 г консервированного зеленого горошка, 6 вареных яиц, 60 г крабового мяса, 15 г чернослива, 10 г сахара, 550 г майонеза со сметаной, 30 г зелени петрушки, молотый красный и белый перец, соль по вкусу.

Сварить или зажарить заправленную в «кармашек» тушку курицы. Охладить ее, разрубить на 4 части и отделить мясо от кожи и костей. Мясо нарезать ломтиками, длинные кусочки оставить для оформления салата.

В посуду положить нарезанные листья салата, мясо курицы, картофель, огурцы, вареные яйца и зеленый горошек, заправить майонезом со сметаной.

Перемешать, добавить по вкусу соль, молотый красный и белый перец, сахар.

Сочную салатную массу выложить горкой на листья салата на салатник и украсить дольками (кружочками) яйца, кусочками крабов, смоченными салатной заправкой, длинными ломтиками жареного мяса курицы, черносливом и веточками петрушки.

Салат по-канадски из курицы, яблок и апельсинов

40 г мяса курицы, 25 – 40 г консервированного зеленого горошка, 50 г яблок, 20 г апельсина, 1 вареное яйцо, 30 г майонеза, зеленый салат, зелень петрушки и укроп, соль по вкусу.

Вареное куриное мясо (филейная часть) и свежие яблоки нарезать мелкими кубиками. Смешать с зеленым горошком, заправить 20 г майонеза, перемешать и выложить на блюдо на листья зеленого салата.

Украсить кружочками апельсинов, дольками яйца и зеленью. Сверху нанести сетку оставшимся майонезом.

Салат «Сказка»

3 яблока, 1 – 2 ст. ложки измельченных грецких орехов, 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка рубленого укропа.

Яблоки почистить и нашинковать на терке.

Залить их медом, посыпать свежим рубленым укропом и орехами.

Салат «Столичный»

1 курица, 500 г картофеля, 300 г соленых огурцов, 100 г зеленого салата, 120 г консервированного зеленого горошка, 6 яиц, 60 г крабового мяса, 15 г чернослива, 3 ст. ложки томатного соуса, 1 ч. ложка сахара, 200 г майонеза, 200 г сметаны, зелень петрушки, специи, соль по вкусу.

Сварить или зажарить заправленную «в кармашек» тушку курицы, охладить, разрубить на 4 части и отделить мясо от кожи и костей. Нарезать мясо ломтиками, длинные кусочки оставить для оформления салата.

В кастрюлю положить нарезанные листья салата, мясо курицы, картофель, огурцы, вареные яйца и зеленый горошек. Заправить все майонезом со сметаной и томатным соусом. Добавить по вкусу соль, молотый перец, сахар; перемешать. Салатную смесь выложить горкой на листья салата. Разложить вокруг дольки (кружочки) яйца, кусочки крабового мяса, смоченные в салатной заправке, длинные ломтики жареного мяса курицы, чернослив и веточки петрушки.

Салат куриный с кукурузой и сладким перцем

1 куриная ножка, 2 ст. ложки сладкой консервированной кукурузы, 1 сладкий красный перец, 100 г очищенного ананаса, 1 очищенное яблоко (лучше антоновку), 100 г сметаны, зелень, лимонный сок, сахар, соль.

Куриную ножку сварить, снять кожу, освободить от косточек и мелко нарезать. Сладкий перец, яблоко и ананас нарезать средними кубиками, все соединить с кукурузой. Заправить сметаной с лимонным соком, солью, сахаром.

Украсить салат яблоком, зеленью и красным перцем.

Салат из мяса птицы с яблоком и рисом

500 г вареного (или жареного) мяса птицы, 200 г риса, 1 корень сельдерея, 50 г лука-порея, 100 г зеленого горошка, по 2 яблока и вареных яйца, 300 мл бульона, 1 ст. ложка сливочного масла (маргарина), 200 г майонеза, зелень петрушки и соль.

Разогреть в сотейнике масло (или маргарин), положить кольца лука, рис и подержать на среднем огне около 15 мин. Влить бульон, посолить и сварить крупу.

Остудить рис и выложить в миску. Добавить нарубленное мясо и яйца, натертые на крупной терке яблоки, горошек и майонез «Провансаль».

Перемешать подготовленные продукты, посыпать рубленой зеленью и украсить дольками яиц.

Салат из мяса птицы с апельсином и белой черешней

350 г мяса птицы, 300 г апельсиновых долек, 150 г консервированной белой черешни, 200 г майонеза.

Мясо нарезать кусочками, апельсиновые дольки, без косточек, – пополам. В майонез добавить сок черешни и перемешать с ягодами (без косточек).

Заправить соусом птицу.

Салат из курицы с зеленью

1 курица (жареная или вареная), 2 – 3 картофелины, 1 огурец, 100 г спаржи, 1 вареная морковь, 100 г стручков фасоли, 1 помидор, 100 г зеленого салата, 100 г заправки из растительного масла и уксуса.

На середину салатника горкой поместить нарезанный зеленый салат, вокруг которого расположить все овощи «букетами». Филе курицы нарезать тонкими широкими ломтиками и уложить на зеленый салат в виде пирамидки, в середину которой поместить красивую ветку сельдерея или листики салата.

При подаче на стол салат слегка посолить и полить заправкой из масла и уксуса.

Свежие овощи можно заменить консервированными (спаржей, цветной капустой, горошком, стручками фасоли, помидорами и др.).

Салат из курицы с томатом-пюре

400 г вареной курицы, 200 г маринованных огурцов, 100 г отварного картофеля, 150 г зеленого горошка, 3 вареных яйца, 200 г майонеза, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка томата-пюре, перец, сахар, соль по вкусу.

Очищенные огурцы, картофель, отварное куриное филе и яйца нарезать полосками.

Приготовить соус: в майонез добавить соль, сахар, перец, лимонный сок и томат-пюре. В соус сначала положить огурцы, горошек и яйца, последним добавить картофель. Все осторожно переложить в салатник.

Украсить салат горошком, яйцом и зеленью.

Салат острый

500 г курицы, 2 маринованных яблока, 20 консервированных маслин, 1 луковица, 3 ст. ложки майонеза, лимонная кислота, зелень, соль по вкусу.

Отварную мякоть птицы (без кожи) нарезать ломтиками, маринованные яблоки и репчатый лук – ломтиками или кубиками. Добавить маслины без косточек. Перемешать, посолить, добавить по вкусу лимонную кислоту и заправить майонезом.

Салат выложить горкой, украсить маслинами и зеленью.

Салат «Новый»

320 г мякоти курицы с кожей, 180 г говядины, 100 г ветчины, 60 г черемши, 1 небольшая луковица, 1 некрупная морковь, 1 свежий или соленый помидор, 4 ст. ложки майонеза, зелень, соль по вкусу.

Отварные мясные продукты, а также помидоры, морковь, репчатый лук нарезать кубиками.

Все компоненты смешать, заправить салат майонезом и украсить зеленью.

Салат из мяса птицы и печени цыплят с грушами

Тушки 2 цыплят, печенка 2 цыплят, жир, 1 ст. ложка масла, 6 крупных очищенных груш, сок 2 лимонов, листовой салат, измельченный сладкий красный перец, зелень петрушки.

Для заправки: 1/2 стакана сметаны, 1/2 ч. ложки соли, щепотка сахара (сахарной пудры), молотый перец.

Цыплят обжарить в духовке с жиром. Кожу удалить, а мясо нарезать одинаковыми кусочками и положить в глубокую тарелку. Обжарить на масле печенку до готовности и размять вилкой.

Груши нарезать такими же кусочками, как мясо, и залить соком лимонов (чтобы они не потемнели). Соединить мясо, груши, печенку и заправку, размешать и посыпать перцем (яркими фрагментами). Украсить листьями и петрушкой.

Приготовление заправки: соединить сметану, соль, сахар (сахарную пудру), молотый перец.

Салат с цыпленком и перцем

500 г мяса цыпленка, 250 г корня сельдерея, 200 г зеленого салата, 150 г сладкого перца, 80 мл растительного масла, 60 мл 3%-ного уксуса, 10 г каперсов, 2 вареных яйца, 150 г репчатого лука, маслины, горчица, укроп, сахар, соль по вкусу.

Поджарить цыпленка. Мясо отделить от костей и нарезать небольшими кусочками. Яйца отварить, почистить, отделить белки от желтков.

Растереть желтки с горчицей, добавить соль, перец, мелко нарезанный репчатый лук (20 г), укроп, каперсы и тщательно перемешать.

Смешать уксус с растительным маслом, заправить яичную смесь и еще раз перемешать.

Корень сельдерея измельчить на крупной терке, сладкий перец, репчатый лук, зеленый салат нашинковать.

Приготовленные продукты смешать, добавить соль, сахар, заправить салатной заправкой из желтков.

Готовый салат перемешать, украсить веточками укропа, маслинами, кружочками репчатого лука.

Салат из филе цыпленка с маринованными грибами

200 г мяса цыпленка, 200 г маринованных грибов, 300 г макарон, 150 г свежих помидоров, 3 вареных яйца, 200 г майонеза, петрушка, черный молотый перец, соль по вкусу.

Отваренные филе цыпленка, макароны, а также сельдерей, маринованные грибы и помидоры нарезать ломтиками. Мелко порубить зелень петрушки и вареные яйца.

Все смешать (кроме помидоров), посолить, поперчить.

Смесь выложить в салатник, залить майонезом и украсить ломтиками свежих помидоров.

Салат из куриных грудок с гренками, сыром и анчоусами

Филе 1 утиной (куриной) грудки, 1 средний корень сельдерея, 2 небольшие моркови, растительное масло, 100 мл йогурта, молотый перец, апельсин, жареный миндаль, красные ягоды и соль.

Нарезать соломкой морковь и сельдерей, смешать овощи с йогуртом и посолить. В масле обжарить мясо, посолить его, поперчить и надрезать кожу в нескольких местах. Запечь утку в духовке в течение 10 – 15 мин (кожицей вверх) и нарезать тонкими ломтиками.

Выложить морковь с сельдереем горкой. Вокруг разложить мясо.

Украсить дольками апельсина, ягодами и присыпать миндалем.

400 г филе курицы, готовый густой соус «Сальса» средней остроты, 1 маленькая луковица, 1 ч. ложка молотого перца чили, большая кукурузная лепешка или тонкий лаваш, кукурузные чипсы, 1 огурец, 1 авокадо, 1 крупный помидор, тертый сыр чеддер, оливки (или маслины) без косточек, листовой салат и сметана.

Нарезать филе небольшими продолговатыми кусочками, посыпать перцем и запечь в духовке (или поджарить в гриле). На блюде разложить лепешку (или лаваш), поверх положить листья салата.

Помидоры нарезать кубиками, лук – тонкими кольцами, авокадо – тонкими ломтиками. На листьях разложить по отдельности, не смешивая, овощи, курицу и сыр. Полить его соусом.

Блюдо украсить колечками лука и оливками (или маслинами). Подавать со сметаной и чипсами.

Салат из мяса птицы с баклажанами и перцем

375 г куриного филе, 2 кабачка (350 г), 2 луковицы, 7 ст. ложек оливкового масла, по 1/2 стручка красного, зеленого и желтого сладкого перца, 1 баклажан (250 г), 250 г консервированных очищенных томатов, 2 зубчика чеснока, перец кайенский молотый, 1/2 ч. ложки семян фенхеля и соль.

Кабачки, баклажаны (со снятой кожицей и толщиной 5 мм) и перец нарезать ромбиками, лук – кольцами, филе – крупно. Очищенный чеснок выдавить через ручной пресс и смешать с 3 ст. ложками масла. Овощи (без баклажанов) смешать, посолить и заправить чесночным маслом.

Баклажаны обжарить в 2 ст. ложках масла при постоянном помешивании. Томаты откинуть на дуршлаг и крупно нарезать. Положить их к баклажанам, посыпать смесь молотым перцем, посолить и тушить 3 мин., не накрывая крышкой. Добавить кабачки с луком и сладким перцем.

Снять овощи с огня и оставить на 15 мин. (настаиваться). Оставшееся масло разогреть с фенхелем, обжарить филе на слабом огне по 3 мин. с каждой стороны и посолить.

Выложить овощи на тарелки и подать с филе.

Салат из мяса птицы с дыней и абрикосом

300 г куриных грудок (без костей), 1 кг дыни, 200 г огурцов, 250 г абрикосов (можно консервированных), 2 ст. ложки растительного масла, молотый перец, соль.

Для заправки: 150 г йогурта, 200 г плавленого сыра, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки сухого вермута, 30 г измельченного миндаля и соль.

Мясо отбить, посолить и дать полежать 30 мин. Затем обтереть насухо, немного поперчить и в кипящем масле обжарить с обеих сторон (всего несколько минут).

Дыню разрезать, удалить семечки и специальной ложечкой вырезать из мякоти шарики. Огурцы разрезать вдоль и, вынув зерна, нарезать. Абрикосы ошпарить, снять шкурку, удалить косточки и нарезать полосками.

Овощи и фрукты сложить в салатник. Добавить остывшее к тому времени нарезанное мясо и заправить салат.

Приготовление заправки: взбить до кремообразного состояния йогурт, плавленый сыр, лимонный сок, вермут, миндаль и соль.

Салат из мяса птицы с огурцами и виноградом

1 кг курицы, 1 ч. ложка соли, 1 пучок зелени, 400 г огурцов, 4 маленьких помидора, 250 г черного винограда, 200 г листового салата, зелень, 1 ст. ложка укропа.

Для заправки: по 3 ст. ложки растительного масла и винного уксуса, 2 ст. ложки натурального виноградного сока, несколько капель кленового сиропа, белый молотый перец, соль.

Вскипятить 2 л воды, добавить зелень и варить курицу 40 мин. Разрезать огурец и помидоры на 8 частей, ягоды – пополам (косточки удалить), лук – колечками, мясо – кусочками 3 см, листья измельчить.

Смешать подготовленные продукты с заправкой и посыпать укропом.

Салат из жареного цыпленка со спаржей, горохом и ананасом

1 жареный цыпленок, 500 г спаржи, 300 г свежзамороженного гороха, 1 измельченный пучок петрушки, 4 вареных яйца, 4 ломтика ананаса.

Для заправки: 5 ст. ложек майонеза, 2 ст. ложки сливок, 3 ст. ложки ананасового сока, 1 ч. ложка лимонного сока, сахар и соль.

Спаржу сварить в соленой воде, горох приготовить согласно описанию на упаковке. Мясо, сняв кожу и вынув кости, нарезать кусочками одинаковой величины. Спаржу и горох откинуть на дуршлаг и остудить. Спаржу нарезать. Ломтики ананаса, очистив и вырезав из середины кочерыжку, измельчить кубиками.

Перемешать все с заправкой, посыпать петрушкой и нарубленными яйцами.

Салат из мяса птицы со сливами и перцем

350 г вареного куриного мяса, 300 г консервированных (или 400 г свежих) слив личи, несколько листиков кочанного салата, 1 ст. ложка лимонного сока, 1/4 ч. ложки кайенского перца, 4 стручка карликового перца (пеперони).

Для заправки: 4 ст. ложки майонеза, по 3 ст. ложки сливок и сливового сока (можно яблочного), тертая цедра 1/2 апельсина, 1/4 ч. ложки белого молотого перца, 1/2 ч. ложки соли.

Консервированным личи дать стечь (сок собрать), свежие сливы разрезать пополам и вынуть косточки. Мясо измельчить кубиками (1 см). Листьями выстлать порционные тарелки. Разложить на них сливы и мясо. Полить их заправкой, прикрыть и настоять в холодильнике 30 мин.

Лимонный сок смешать с кайенским перцем. Перед подачей побрызгать салат этой смесью. Каждую порцию украсить стручком карликового перца.

Салат с цыпленком, дыней и ананасом

400 г приготовленного мяса цыпленка, 1 медовая дыня, 2 ломтика свежего ананаса, 1 небольшой апельсин, 12 шт. консервированных вишен, 4 листа кочанного салата.

Для заправки: 100 г крема фрайхе, 2 ст. ложки ананасового сока, 1 ст. ложка приправы карри, 1 ч. ложка горошин розового перца, соль по вкусу.

Мясо нарезать небольшими одинаковыми кусочками. Ананас, вырезав кочерыжку и почистив, – ромбиками, апельсин – сначала тонкими ломтиками, а затем, вынув зерна, – на 4 части. Мякоть дыни вынуть специальной ложечкой для вырезания шариков.

Все смешать. Выложить листьями вазочки для коктейля (в каждую – по 1 листу). Разложить салат, посыпать вишней и полить заправкой.

Салат из грудки цыпленка с помидорами и яблоком

3 грудки цыпленка, 1/4 огурца, 4 помидора, сок 1/2 лимона, 1 яблоко, 5 ст. ложек майонеза, 1 ст. ложка острой горчицы, 1 пучок укропа, по 2 ст. ложки винного уксуса и сахара.

Мясо (сняв кожу) и огурец нарезать тонкими ломтиками (огурец – сначала вдоль на 4 части и вынуть ложкой зерна), помидоры (без кожицы и зерен) – кубиками, очищенное яблоко – ломтиками (и побрызгать их соком), укроп, отложив несколько веточек, измельчить.

Все перемешать, уксус размешать с сахаром, вскипятить и добавить в смесь майонеза с горчицей и укропом. Разложить салат в порционные вазочки, добавить по 1 ст. ложке маринада и украсить веточками укропа.

Салат с куриными грудками, ветчиной и сыром

3 куса вареной куриной грудки, 1 небольшой кочанчик салата, 2 крепких помидора, по 100 г вареной ветчины и твердого сыра, 1 зубчик чеснока, зелень петрушки.

Для заправки: по 1 стакану растительного масла и лимонного сока, цедра лимона, молотый перец, сахар и соль. Хранить в закупоренной темной бутылке.

Помидоры, сняв кожицу, нарезать ломтиками, мясо, ветчину и сыр – одинаковыми полосками, чеснок разрезать пополам и натереть им салатник изнутри.

Выстелить его листьями, положить на них ломтики помидоров, полоски ветчины, мяса и сыра. Украсить петрушкой.

Заправку подать отдельно – как соус, а лимонный сок в ней можно заменить майонезом.

Салат из мяса птицы с кукурузными хлопьями и фруктами

400 г куриных грудок (без кожи и костей), 2 взбитых яичных белка, 1 ст. ложка меда, 2 стакана кукурузных хлопьев, 1/4 ч. ложки черного молотого перца, 1 апельсин (грейпфрут), сливы (алыча), укроп, кислое яблоко, маслины (оливки).

Для заправки: 1/4 стакана меда, 2 ст. ложки неострой горчицы, 1/4 ч. ложки чесночного порошка.

Мясо нарезать на полоски размером 2х8 см. В маленькой мисочке смешать белки с медом, в глубокой емкости – хлопья и перец. Окунуть полоски в белковую смесь, затем обвалять в хлопьях. Выложить мясо в 1 слой на противень и запекать при 230 °С 10 – 15 мин (до потери розового цвета). Нарезать его на квадратики размером 2х2 см и выложить на середину блюда. Вокруг разложить красиво нарезанные фрукты.

Полить блюдо заправкой, посыпать укропом и украсить маслинами (оливками).

Салат из куриного мяса с равиоли

800 г куриного мяса, 1 упаковка (500 г) равиоли с сыром, 2 средних помидора, 1 стакан нарезанного базилика, 300 г замороженного горошка, сельдерей, молотый перец.

Для заправки: взбить 1/2 стакана нарезанного базилика, 1 зубчик измельченного чеснока, 50 г кедровых орешков, 1/4 стакана тертого сыра, 1/3 стакана оливкового масла, молотый перец и соль.

Мясо тушить с сельдереем, перцем и щепоткой базилика. Равиоли отварить, как указано на упаковке.

В большой салатник сложить равиоли и кусочки мяса. Посыпать их горошком и полить заправкой. Сверху разложить смесь базилика с кубиками помидоров.

Салат из куриных грудок под пряно-горчичным соусом

1 отварная куриная грудка, 300 г зеленой стручковой фасоли, 4 картофелины, сваренные «в мундире», 500 г помидоров черри, 1/2 стакана маслин, 1 пучок зеленого салата, зелень.

Для заправки: 6 ст. ложек оливкового масла, 4 ст. ложки винного уксуса, 1 ч. ложка острой горчицы, 1 ст. ложка рубленой петрушки, 1/4 ч. ложки черного молотого перца, по 1/4 ч. ложки сухого орегано и соли.

Фасоль отварить до мягкости и обдать холодной водой. Мясо нарезать кубиками, картофель – ломтиками, маслины (без косточек) и помидорчики – на половинки.

Разложить ингредиенты на листья салата, полить заправкой и украсить зеленью.

Салат куриный с сыром и горошком

250 г вареного куриного мяса, 150 г твердого сыра, 4 вареных яйца, 1 огурец, 4 ст. ложки зеленого горошка, 2 зубчика чеснока, 5 ст. ложек майонеза.

Мясо, измельченные белки и огурец нарезать мелкой соломкой. Сыр, чеснок и яичные желтки натереть на мелкой терке.

Уложить в 4 креманки слоями: огурцы – мясо – майонез – белки – сыр – чеснок – майонез – желтки – майонез – горошек.

Выдержать перед подачей 2 ч в холодном месте.

Салат из мяса птицы с манго и лимоном

1 кг куриного мяса, 4 ст. ложки растительного масла, 2 манго, 1 лимон, 1 пучок зеленого лука, 1 огурец.

Для заправки № 1: сок и тертая цедра 3 лимонов, 2 измельченных зубчика чеснока, черный молотый перец и соль.

Для заправки № 2: сок от жарки куриного мяса, 100 мл воды, по 1 пучку измельченных тимьяна и зеленого лука, 1 рубленый стручок перца чили, 20 мл темного рома, сахар и соль.

Мясо нарезать кусочками, полить заправкой № 1 и в смазанной маслом сковороде обжарить в духовке, нагретой до 200°C. Лимон нарезать тонкими полукружьями, манго – небольшими кусочками, огурец – кружочками, лук измельчить.

На середину салатника выложить мясо, на него – манго, вокруг – лимоны и огурцы.

Полить заправкой № 2 и посыпать луком.

Приготовление заправки № 1: компоненты соединить и перемешать.

Приготовление заправки № 2: смешать указанные ингредиенты и довести до кипения.

Салат из куриной грудки с морковью и кешью

600 г филе куриной грудки, 350 г листового салата, 2 моркови, 200 г сельдерея, 3 луковицы шалота, 2 ст. ложки ядер орехов кешью.

Для заправки: 1 ч. ложка сливочного масла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 150 г замороженного зеленого горошка, 200 мл бульона (можно из кубика), 150 г сметаны, 1 ст. ложка консервированного хрена, 1 яичный желток, 2 ст. ложки рубленой зелени, перец, соль.

Нарвать руками листья и выстлать ими салатник. Морковь и лук нарезать соломкой, сельдерей – кружочками. Выложить овощи на листья.

Орехи поджарить на сковороде без жира, остудить и добавить к овощам. Обжарить мясо с обеих сторон до готовности, остудить, нарезать кусочками и выложить на овощи.

Полить заправкой и украсить листиками сельдерея.

Приготовление заправки: в разогретом сливочном масле пассеровать до прозрачности мелко рубленный лук. Добавить нарезанный зубчик чеснока, замороженный зеленый горошек, влить бульон, поперчить, посолить и тушить 5 мин.

Положить сметану, консервированный хрен и довести все до кипения. Снять с огня, заварить яичным желтком и добавить рубленую зелень.

Салат с мясом индейки и яблоками

350 г отварного мяса индейки, 200 г яблок, 4 ст. ложки майонеза, 2 вареных яйца, 1 маринованный огурчик, маринад из-под огурцов, зелень петрушки и укроп, перец, соль.

Отваренное мясо индейки, яблоки, огурец и яйца нарезать кубиками. Смесь посолить, поперчить, заправить маринадом, дать немного постоять. Добавить майонез и перемешать.

Готовый салат украсить зеленью петрушки и укропом.

Салат из мяса птицы с яблоком и сыром

По 225 г жареного мяса индейки и жестких яблок, 400 г смеси из различных видов овощного салата, 175 г сыра рокфор (или любого с синей плесенью), 2 ст. ложки жареных семечек подсолнуха.

Для заправки: 90 мл растительного масла, 5 г жидкого меда, 1 ч. ложка сладкой горчицы, по 15 мл винного уксуса и яблочного (или апельсинового) сока, соль и черный молотый перец.

Мясо разделить на маленькие кусочки и положить в заправку. Добавить нарезанные тонкими ломтиками яблоки, порванные руками листья, семечки и раскрошенный сыр.

Перед подачей перемешать.

Приготовление заправки: взбить растительное масло, жидкий мед, сладкую горчицу, винный уксус и яблочный (или апельсиновый) сок, соль и черный молотый перец.

Салат из индейки с помидорами и сыром

250 г филе индейки, по 200 г сыра и помидоров, зелень, 100 г зеленого лука.

Для заправки: 150 г йогурта, 40 г сметаны, 20 г майонеза, 70 г кетчупа, сахар, соль и перец молотый, 60 мл лимонного сока.

Лук нарезать кусочками, помидоры – ломтиками, сыр – ромбиками, филе – тонкими ломтиками.

Смешать все составляющие, полить заправкой и украсить зеленью.

Салат из мяса птицы с картофелем и морковью

200 г индейки, 6 отварных картофелин, 3 отварные моркови, 3 вареных яйца, 2 луковицы, 2 маринованных огурца, 1 стакан зеленого горошка, 200 г майонеза, дольки яблока и веточка петрушки.

Картофель, мясо и морковь тонко нарезать и смешать. Украсить тонкими ломтиками огурцов, петрушкой и дольками яблока.

Салат из индейки с черешней и апельсином

350 г вареной индейки, по 150 г консервированной черешни, бананов и очищенных апельсиновых долек, 200 г майонеза.

Мясо нарезать кусочками, дольки – пополам, бананы – толстыми кружочками.

В майонез добавить немного сока от черешни. Смешать с ними мясо, фрукты и ягоды (без косточек).

Салат с уткой и орехами

3 пучка смешанного салата (латук, кресс и т. д.), куски мякоти копченых утки и цыпленка, 12 ломтиков копченого свиного сала, 50 г любых (лучше кедровых) орехов.

Для заправки: растительное масло, перец молотый и соль.

Цыпленка нарезать небольшими кусочками. Смешать мясо с салатом, орешками и заправкой. Выложить массу в большой салатник. Утку тонко нарезать и в виде короны выложить на салат.

Положить ломтики сала, подогретого в гриле, и сразу подать.

Салат из утиной грудки под острым соусом

200 г копченой утиной грудки, по 1 стручку сладкого перца трех цветов, 300 г кабачков, 150 г консервированной кукурузы, 100 г мелких помидоров, 1/2 пучка петрушки.

Для заправки: 1 стручок перца чили, 1 зубчик чеснока, 1 ст. ложка томата-пасты, 100 мл овощного бульона (можно из кубика), 3 – 4 ст. ложки винного уксуса (или ароматизированного), соль, перец, 5 ст. ложек оливкового масла.

Мясо и перец нарезать полосками, кабачки тонко нарубить, кукурузу откинуть на дуршлаг.

Перемешать все составляющие, залить заправкой и оставить на 5 мин.

Украсить разрезанными пополам помидорчиками и петрушкой.

Приготовление заправки: перец чили (с удаленными семенами и мелко нашинкованный), мелко нарезанный чеснок, томат-пасту, овощной бульон, винный уксус, соль и перец смешать. Влить тонкой струйкой, взбивая, оливковое масло.

Салат из утки с фруктами и маслинами

400 г филе утиной грудки, 1 авокадо, 4 плода киви, по 2 нектарина и апельсина, 1 ст. ложка растительного масла, зелень, отварная морковь, маслины (оливки) без косточек.

Для заправки: сок от жарения мяса, 4 ст. ложки коньяка (бренди), 250 мл сливок, 1 стручок острого зеленого перца, перец, соль.

Мясо жарить в масле 20 мин. (до готовности). Затем нарезать его ломтиками, авокадо и нектарины – кубиками, киви – крупными дольками, морковь – кружочками, зелень измельчить (оставить несколько веточек для украшения).

Филе выложить в глубокое блюдо. Вокруг разложить фрукты, морковь и маслины. Полить заправкой и посыпать зеленью (петрушкой или укропом).

Украсить веточками зелени.

Приготовление заправки: в кипящий сок от жарения мяса влить коньяк (бренди) и сливки. Добавить рубленый острый зеленый перец и тушить 10 мин. Посолить и поперчить.

Салат из гуся под яблочно-тыквенным соусом

250 г филе гуся, 1 щепотка шалфея, соль, 80 г отварного картофеля, 1 вареное яйцо, 50 г огурцов (помидоров), 10 г маслин, 30 г листового салата, зелень, 3 ст. ложки растительного масла.

Для заправки: 6 антоновских яблок, 300 – 400 г тыквы, 2 крупные луковицы, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка меда, 1 ст. ложка черносмородинового варенья.

Мясо обсушить, натереть солью и шалфеем и обжарить в растительном масле до готовности. Затем охладить, нарезать его тонкими продолговатыми кусочками, картофель и огурцы (помидоры) – кружочками.

Смешать продукты и выложить их в листья салатника.

Залить заправкой, украсить ломтиками яйца, маслинами без косточек и зеленью.

Приготовление заправки: 6 антоновских яблок нарезать на дольки, 300 – 400 г тыквы – кубиками (размером 3х3 см), 2 крупные луковицы – кольцами.

Лук выложить на дно разогретой сковороды и полить 2 ст. ложками оливкового масла, предварительно смешав его с водой (ее должно быть вдвое больше, чем масла).

Когда лук начнет слегка розоветь, добавить тыкву и через несколько минут положить яблоки. Когда они станут мягкими, перемешать содержимое сковороды с 2 ст. ложками тертого хрена, разбавленного небольшим количеством лимонного сока с медом, и добавить немного черносмородинового варенья.

САЛАТЫ С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ

Салат с сельдью по-гречески

1 сельдь, 1 луковица, 1 помидор, 1 сладкий перец, 1 головка кочанного салата, 100 г соуса из растительного масла, зелень петрушки и зеленого лука.

Вымоченную сельдь почистить, филе нарезать кусочками.

Луковицу нарезать тонкими кружочками, помидоры нарезать дольками. Из сладкого перца вынуть завязь, обдать стручок кипятком, затем нарезать колечками или брусочками. Головку салата промыть в проточной воде и обсушить на сите или полотенце. Посередине тарелки положить салат, а вокруг него – филе сельди, кружочки лука, дольки помидора и сладкий перец. Заправить соусом из растительного масла и украсить зеленым луком и зеленью петрушки.

Салат с сельдью по-русски

300 г сельди (с молоками или икрой), 400 г картофеля, 100 мл растительного масла, 75 мл 3%-ного уксуса, 50 г горчицы, 50 г сметаны, 5 вареных яиц, зеленый лук.

Разрезанную вдоль спинки сельдь почистить от кожицы и костей, нарезать маленькими кусочками. Яйца почистить и разделить белки.

Желток размять, добавить уксус, растительное масло, горчицу, сметану, измельченные молоки (икру) сельди и тщательно перемешать.

Картофель сварить в «мундире», почистить, нарезать небольшими кубиками и смешать с приготовленным соусом.

На блюдо положить слоями картофель в соусе и сельдь.

Готовый салат украсить мелко нарезанным белком яиц, зеленым луком.

Салат с рыбными консервами по-македонски

1 банка рыбных консервов в томатном соусе (кроме кильки или салаки в томате), 4 – 5 вареных яиц, 1 – 2 соленых огурца, 2 средние луковицы, 200 г майонеза.

Куски рыбы нарезать небольшими кусочками (удалив кости), смешать с нарубленными кубиками огурцами и репчатым луком.

Вареные яйца разделить на 4 – 8 долек, выложить на блюде первым слоем.

Сверху поместить рыбу с огурцами и луком и залить смесь майонезом.

Салат с сардинами и острым перцем

1 банка сардин, помидоры без кожицы, 1 измельченный стручок острого зеленого перца, вареные очищенные кабачки, репчатый лук, черные маслины, 5 – 6 зубчиков чеснока.

Для заправки: 4 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки винного уксуса, 3 зубчика тертого чеснока, перец молотый и соль по вкусу.

Помидоры нарезать дольками, кабачки – кубиками, лук – кольцами. Перемешать овощи. Добавить банку сардин, перец, маслины и чеснок.

Аккуратно смешать все с заправкой.

Приготовление заправки: указанные ингредиенты соединить и тщательно перемешать.

Салат из тунца по-французски

1 банка тунца, размятого вилкой, 1 мелко нарезанный огурец, 4 ст. ложки французского соуса, 1 банка красной фасоли (без сока), 2 очищенных и тонко нарезанных зеленых яблока, по 1 ст. ложке лимонного сока и нашинкованного лука, перец молотый, 1 вареное яйцо, несколько листочков петрушки.

Перемешать все указанные компоненты. Украсить блюдо дольками яйца и зеленью.

Салат из лосося с зеленым горошком и сыром

1 банка лосося, по 100 г зеленого горошка и твердого сыра, зелень петрушки, 5 вареных яиц.

Для заправки: майонез, черный молотый перец, сахар и соль.

Лосось разобрать. Добавить 4 рубленых яйца, тертый сыр, горошек и заправку. Все смешать.

Украсить ломтиками оставшегося яйца и посыпать зеленью.

Салат из тунца в лимонной заправке

150 г тунца в собственном соку, 2 помидора, 1 огурец, 1 пучок зелени, 50 мл оливок.

Для заправки: по 1 стакану растительного масла и лимонного сока, цедра лимона, перец молотый, сахар и соль.

Нарезать помидоры, огурцы и зелень. Смешать овощи с рыбой и залить заправкой.

Приготовление заправки: указанные ингредиенты соединить и тщательно перемешать.

Лимонный сок в заправке можно заменить майонезом.

Салат из печени трески с овощами

1/2 банки печени трески, 4 ст. ложки сваренного риса, 2 сладких перца, по 3 луковицы и соленых огурца, 1 вареное яйцо, 100 г зеленого горошка, 50 г листового салата, 150 г майонеза, зелень петрушки и соль.

Лук нарезать тонкими кольцами, перец – соломкой, листья – на части, огурцы, печень и яйцо – ломтиками.

Смешать продукты с рисом и горошком. Посолить, заправить майонезом и украсить зеленью.

Салат из печени трески с яйцом и зеленью

1 банка печени трески, 4 вареных яйца, зелень, 4 ст. ложки мелко нарубленного зеленого лука (или 1 крупная измельченная луковица), черный молотый перец, 2 ст. ложки жира из консервов, соль по вкусу.

Печень и яичные белки мелко нарубить, желтки размять. Смешать их с жиром, солью и перцем.

Украсить зеленым луком (или кольцами репчатого).

Салат из печени трески с сыром и яйцом

1 банка печени трески, 100 г натертого на мелкой терке твердого сыра, 1 мелко нарезанная луковица, 2 вареных яйца.

Печень размять вилкой. Смешать ее с сыром, луком и нарубленными яйцами.

Заправить кушанье соусом из банки.

Салат из тунца с бананом и грейпфрутом

400 г консервированного тунца, 1/2 грейпфрута, 1 банан, 3 вареных яйца, листья салата.

Для заправки: 3 ст. ложки майонеза, 150 г йогурта, 1 ч. ложка паприки и соль.

Разделить рыбу на одинаковые кусочки, грейпфрут – на дольки. Нарезать банан кусочками, 2 яйца – кубиками. Смешать, заправить и выложить на листья салата.

Сверху положить нарезанное на 8 долек оставшееся яйцо в виде цветка.

В салат можно добавить немного риса.

Салат с тунцом и сладким перцем

1 баночка тунца с пряностями, 200 г отварного длиннозерного риса, по 1 стручку сладкого красного и зеленого перца (без кожицы), 2 корнисиона, 1 большой помидор без семян, 12 черных оливок (без косточек), 1 ст. ложка каперсов, 1 дес. ложка миндальных и 8 лесных орехов.

Для заправки: 1 стакан сметаны, 1/2 л кефира, лимонный сок, тертый чеснок, сахар и соль.

Перец и помидоры нарезать небольшими кусочками, корнисионы – кружочками, оливки и тунец измельчить.

При подаче перемешать все компоненты с заправкой.

Праздничный салат из шпрот

1 банка шпрот, 1 – 2 ст. ложки лимонного сока, 2 – 3 вареные картофелины (или 1 – 1 1/2 стакана отварного риса), по 1 – 2 вареных яйца и соленых огурца, 1 стакан вареного (или консервированного) горошка, 1 лимон и укроп.

Шпроты нарезать мелкими кусочками и сбрызнуть лимонным соком, огурец – тонкими ломтиками, картофель – мелкими кубиками.

Перемешать эти компоненты с маслом из банки и горошком. Украсить укропом, ломтиками яиц и лимона.

«1 января»

1 копченая сельдь, 1 соленый огурец, 2 ст. ложки квашеной капусты, 1 мелко нарубленная луковица, 3 вареные картофелины, морковки и свеклы, мелко нарезанная зелень петрушки.

Для заправки: 1 ст. ложка растительного масла, сахар и соль.

Картофель, свеклу, морковь и огурец нарезать мелкими кубиками, филе – ровными тонкими кусочками. Перемешать овощи с капустой и сельдью.

Залить ингредиенты заправкой, украсить входящими в данное кушанье продуктами и посыпать зеленью.

Салат из сельди с фруктами и орехами кешью

2 баночки сельди с карри, 1 маленький ананас, 1 банан, 1 апельсин, 1 яблоко, 1 груша, 50 г орешков кешью.

Для заправки: 1 яичный желток, 4 ст. ложки сливок, 1 ч. ложка картофельной муки, 2 ст. ложки лимонного сока, соль по вкусу.

Ананас нарезать ломтиками и, удалив сердцевину, измельчить мякоть кубиками, банан – кружками, грушу, яблоко и апельсиновые дольки (сняв с них перепонки) измельчить. Орешки нарубить и немного обжарить на сковороде.

Фрукты с орехами залить заправкой и оставить на 30 мин. На середину салатника выложить кусочки сельди, вокруг – фрукты.

Посыпать орехами.

Приготовление заправки: взбить яичный желток, сливки, картофельную муку, лимонный сок, соль и довести смесь до кипения (но не кипятить).

Салат с копченой скумбрией

400 г филе копченой скумбрии, 4 шт. картофеля, 2 свежих огурца, 2 помидора, 10 шт. редиса, 4 ст. ложки мелко нарезанного лука, 100 г зеленого салата, 100 г майонеза.

Отварной картофель, огурцы, помидоры, редис и скумбрию, нарезанные ломтиками, нарезанные салат и лук смешать и заправить майонезом «Провансаль».

Салат из морских гребешков с яблоками

*400 г морских гребешков, 200 г капусты, 150 г яблок,
3 вареных яйца, 50 г маслин, 150 г майонеза, зелень
сельдерея, соль.*

Отварить и нарезать гребешки. Тонко нашинковать капусту и слегка перетереть ее с солью. Нарезать ломтиками яблоки, очищенные от кожицы и семян. (Делать это рекомендуется непосредственно перед заправкой майонезом.) Нарезать ломтиками белок вареного яйца. Смешать все продукты, посолить, заправить майонезом.

Выложить салат горкой, украсить зелеными веточками сельдерея, рубленым желтком яйца и маслинами без косточек.

Салат из морского гребешка, свежих помидоров, огурцов и лука

600 г морского гребешка, 5 помидоров, 2 – 3 свежих огурца, 2 – 3 луковицы, 1 головка зеленого лука с перьями, 150 г салатной заправки, 25 – 30 г зеленого салата, зелень петрушки и укропа по вкусу.

Свежие помидоры и огурцы нарезать тонкими кружками, репчатый лук – кольцами, морские гребешки – тонкими ломтиками. В салатник вперемешку положить овощи и гребешки.

При подаче полить салатной заправкой. Украсить листиками зеленого салата, посыпать мелко нарезанным зеленым луком и зеленью.

Салат из креветок и фруктов

*150 г вареных креветок, 150 г яблок, 150 г ананасов,
100 г зеленого салата, 50 г майонеза, хрен, соль по вкусу.*

Очищенные яблоки и листья салата нарезать соломкой, ананас – кубиками. Добавить шейки вареных креветок. Все заправить майонезом, в который предварительно добавить измельченный на терке хрен, и посолить.

Салат из креветок и изюма в кисло-сладком соусе

500 г креветок, 200 г соуса, 1 помидор, 1 огурец, 1 – 2 ст. ложки салата из свежей капусты, 3 – 4 картофелины, 100 г изюма, пучок зелени.

Креветки отварить, мякоть шейки очистить от панциря и нарезать кусочками.

При подаче на стол в центр блюда уложить кусочки креветок, полить их соусом, посыпать изюмом, вокруг разместить нарезанные ломтиками свежие овощи, салат из свежей капусты и отварной картофель, посыпанный мелко нарезанной зеленью.

К креветкам, кроме кисло-сладкого соуса, можно подать соус молочный или молочный с луком, или сметанный, либо томатный соус.

Салат с креветками и тертым сыром

500 г мороженных креветок, 3 – 4 вареных яйца, 100 г тертого неострого сыра, 100 г майонеза, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени, 1/4 лимона.

Вареные креветки нарезать кусочками, соединить с нарубленными яйцами, сыром и частью зелени. Заправить частью майонеза, солью, соком лимона и перемешать.

Салат выложить горкой, полить оставшимся майонезом и посыпать зеленью.

Салат с креветками и творогом

1 банка консервированных креветок, 100 г пастеризованного творога, 2 ст. ложки молотых грецких орехов, 1 ст. ложка сметаны, соль по вкусу.

Мясо креветок, творог и молотые орехи (1/2 ст. ложки) смешать, пропустить через мясорубку. Добавить сметану, соль и хорошо перемешать.

Полученную массу выложить горкой в салатник и посыпать оставшимися молотыми орехами.

САЛАТЫ С ОВОЩАМИ, ГРИБАМИ, ФРУКТАМИ

Салат картофельный по-немецки

2 картофелины, 2 яблока, 1 свекла, 1 огурец, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, мелко рубленная зелень петрушки, уксус, соль по вкусу.

Картофель промыть, испечь в духовке, почистить, истолочь и перемешать с мелко нарубленными солеными огурцами, репчатым луком и зеленью петрушки. Яблоки и отварную очищенную свеклу нарезать тонкими ломтиками, посолить и соединить с картофелем.

Все перемешать и заправить блюдо растительным маслом и уксусом.

Салат картофельный по-румынски

5 картофелин, 3 – 4 стебля зеленого лука, 1 огурец, 2 сладких перца, 3 помидора, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки растительного масла, укроп, зеленый салат, соль по вкусу.

Отваренный молодой картофель, свежие огурцы и помидоры нарезать ломтиками и соединить с мелко нарубленной зеленью лука и укропа.

Сладкий перец промыть, удалить зерна и нарезать полосками, как лапшу. Все перемешать, добавить растительное масло, лимонный сок, соль.

Украсить салат листиками зеленого салата.

Салат «Украинский»

2 луковицы, 3 помидора, 2 сладких перца, 1 морковь, 1 корень петрушки, 3 ст. ложки растительного масла, зелень, перец, соль по вкусу.

Луковицы почистить, промыть, нарезать и обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета. Помидоры помыть, пропустить через мясорубку, нарезать или натереть на крупной терке. Сладкий перец помыть, удалить плодоножки и семена, разрезать на небольшие кусочки. Морковь и корень петрушки почистить, мелко нарезать или натереть на крупной терке.

Заправить растительным маслом и специями. Все смешать и поставить в холод на 1 ч. Подавать охлажденным, посыпав перед подачей зеленью.

Салат из спаржи по-французски

500 г спаржи, 1 ст. ложка зелени, 1 луковица, 1 вареное яйцо, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 3 ст. ложки растительного масла, 1/2 ч. ложки столовой горчицы, перец, соль.

Спаржу почистить, отварить в соленой воде и остудить. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Так же нарезать лук. Яйцо порубить. Спаржу нарезать на куски длиной 2 – 4 см, выложить в салатник, залить соусом из растительного масла, уксуса и горчицы.

Перед подачей на стол украсить (посыпать) блюдо рубленым яйцом и зеленью.

Салат из овощей по-испански

2 помидора, 2 свежих огурца, 3 сладких перца, 2 луковицы, 5 ст. ложек панировочных сухарей, 200 г сметаны, черный молотый перец, соль.

Из перца удалить семена и нарезать его соломкой, помидоры и огурцы – ломтиками. Лук нашинковать, сухари поджарить. Все перемешать, посолить, поперчить и залить сметаной.

Яблочный салат с капустой по-американски

1 кочан белокочанной капусты, 1 кочан краснокочанной капусты, 400 мл сливок, 4 сладких яблока, 1 морковь, несколько вишен, сахар, соль.

Аккуратно сделать углубление в кочанах капусты, не повредив листья с внешней стороны. Удаленную часть капусты мелко нарезать и погрузить в ледяную воду на 30 мин.

Нарезать яблоки, не снимая кожуру, смешать с нарезанной капустой и заправить смесь сливками. Добавить соль и сахар. Хорошенько охладить.

Кочаны наполнить салатом, украсить вишнями, ломтиками яблок и тертой морковью. Подавать холодным.

Салат с тертыми яблоками по-эстонски

6 килек, 2 вареных яйца, 3 отварные картофелины, 2 отварные моркови, 2 маринованных огурца, 2 ст. ложки зеленого горошка, 1 – 2 яблока, 100 г майонеза.

Картофель, морковь и огурцы нарезать кубиками. Добавить консервированный зеленый горошек, майонез и натертые яблоки, все перемешать и выложить в салатницу.

Сверху положить свернутые рулетиками кильки и дольки вареных яиц.

Салат с яблоками и ветчиной по-австралийски

8 тонких ломтиков ветчины, 4 помидора, 2 средних огурца, 2 яблока, 1 стакан измельченного сельдерея, 2 ст. ложки апельсинового сока, 3 листа салата, 3 – 4 ст. ложки майонеза.

Каждый ломтик ветчины скатать рулетиком. Огурцы и яблоки нарезать кубиками. Добавить сельдерей.

Перемешать все с соком апельсина, выложить на плоскую тарелку, обложить кругом салатными листьями, четвертинками помидоров и рулетами из ломтиков ветчины.

Салат обильно полить майонезом.

Салат с маринованными грибами и яблоками

250 г яблок, 250 г сельдерея, 150 г помидоров, 100 г маринованных грибов, 150 г майонеза, 50 г маслин, 2 вареных яйца, перец, соль по вкусу.

Очищенные от сердцевины яблоки нарезать мелкими кубиками. Сельдерей помыть, припустить 4 – 5 мин. в кипящей воде, почистить, нашинковать.

Свежие помидоры опустить на 1 мин. в кипящую воду, снять кожицу, удалить семена и нарезать дольками, грибы – кубиками (или полосками).

Приготовленные овощи, грибы и фрукты соединить, перемешать. Добавить перец и соль по вкусу, заправить майонезом.

Готовый салат украсить маслинами и мелко рубленными вареными яйцами.

Салат из апельсинов по-испански

700 г долек апельсина, 300 г яичного крема, 8 – 10 яичных желтков, 150 – 200 г сливочного масла, слабожгучий молотый перец, сахар.

Дольки апельсина почистить от зерен и разрезать пополам, посыпать сахаром и на время отставить.

Приготовить крем: яичные желтки взбить с маслом, приправить растертой кожурой апельсина, слабожгучим молотым перцем и сахаром. Добавлять в крем апельсиновый сок, пока он не станет густым.

Приготовленный крем смешать с дольками апельсина.

Салат с помидорами и ананасами

1 банка консервированных ананасов, 3 помидора, 3 апельсина, 2 – 3 ст. ложки сливок, листовой салат, лимонный сок, сахар, соль.

Помидоры и апельсины почистить, нарезать ломтиками или разделить на дольки и поставить в холодное место.

Перед подачей разложить на тарелке листья салата, все продукты и консервированные ананасы положить на них и залить смесью сливок (лучше взбитых), лимонного сока, соли и сахара. Пряности не добавлять.

Салат по-андалузски с апельсином

400 г кочанного салата, 300 г долек апельсина, 200 г сметаны, 100 г измельченных орехов.

Листья салата вымыть, обсушить с помощью салфетки и нарезать. Дольки апельсина разрезать пополам и удалить семечки. Орехи измельчить, добавить сметану, все перемешать.

Пряности не добавлять.

Салат с помидорами и апельсинами

400 г красных помидоров, 2 – 3 апельсина, 200 г сладких сливок.

Зрелые помидоры разрезать на 4 части. Апельсины тщательно очистить, разделить их на дольки и осторожно удалить семечки. Затем разрезать пополам.

Все ингредиенты смешать, залить сливками.

Пряности не добавлять.

Салат грибной с ветчиной и сыром

250 г свежих грибов, 100 г ветчины, 100 г сыра, 100 г яблок, 100 г помидоров, 100 мл кефира, зелень, мед, сахар, лимонный сок, горчица по вкусу.

Кефир смешать с сахаром, лимонным соком, добавить горчицу и тщательно перемешать. Грибы промыть, отварить в подсоленной воде и нарезать небольшими кусочками. Ветчину измельчить небольшими кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Яблоки и помидоры нарезать дольками. Подготовленные продукты смешать, заправить приготовленным соусом.

Готовый салат посыпать измельченной зеленью.

Салат «Пикантный» с грибами

100 г маринованных грибов, 150 г сельдерея (корень и зелень), 100 г ветчины, 100 г яблок, 30 г свеклы, 50 г картофеля, 80 г майонеза, 80 мл растительного масла, 50 г столовой горчицы, 50 мл уксуса, зелень, перец, соль по вкусу.

Зелень сельдерея измельчить, корень натереть на крупной терке. Смешать горчицу, уксус и растительное масло, тщательно взбить. Залить соусом сельдерей и оставить в холодном месте на 1 – 2 ч. Затем добавить мелко нарезанные ветчину, грибы, очищенные от кожицы и семян яблоки, перец, соль и все перемешать.

Салат залить майонезом, украсить зеленью, нарезанными вареным картофелем и свеклой.

Салат грибной с сыром, яблоками и зеленью

200 г маринованных грибов, 200 г яблок, 200 г голландского или российского сыра, 100 г сладкого стручкового перца, лимонная кислота, сахар, соль по вкусу.

Для заливки: 100 г сметаны, 100 г майонеза, 30 г горчицы, зелень петрушки и укропа по вкусу.

Приготовить заливку. Зелень помыть, перебрать и очень мелко порубить. Перемешать сметану, майонез и горчицу до однородной массы, добавить рубленую зелень, поставить в холодильник.

Очищенные от кожуры яблоки порезать кубиками, маринованные грибы – небольшими кусочками, сладкий перец – тонкими полосками, сыр – небольшими кубиками.

Все смешать, добавить сахар и соль по вкусу. Еще раз перемешать.

Разложить салат в порционные салатники и полить заливкой.

Салат с грибами, сыром, яблоками и перцем

200 г яблок, 200 г голландского или российского сыра, 100 г маринованных грибов, 100 г сладкого стручкового перца, 100 г майонеза, столовая горчица, лимонная кислота, сахар, соль по вкусу.

Очищенные от кожуры яблоки порезать кубиками, маринованные грибы порезать небольшими кусочками, сладкий перец – тонкими полосками, сыр – небольшими кубиками. Все смешать, добавить столовую горчицу, лимонную кислоту, сахар и соль по вкусу.

Салат еще раз тщательно перемешать и заправить майонезом.

Салат из грибов и филе цыпленка

200 г грибов, 200 г филе цыпленка, 1 – 2 корня сельдерея, 1 соленый огурец, 150 г майонеза, горчица, соль по вкусу.

Филе цыпленка и свежие грибы отварить, нарезать кусочками. Почистить сельдерей и нарезать соломкой, соленый огурец – ломтиками. Все перемешать, посолить, заправить майонезом и столовой горчицей.

Салат из соленых грибов и филе цыпленка

100 г мяса цыпленка, 100 г маринованных грибов, 100 г помидоров, 100 г сельдерея, 3 яйца, 250 г майонеза, черный молотый перец, петрушка, соль по вкусу.

Отваренные филе цыпленка, а также сельдерей, маринованные грибы и свежие помидоры нарезать ломтиками. Мелко порубить зелень петрушки и яйца, сваренные вкрутую. Все смешать, заправить черным перцем и солью по вкусу.

Выложить смесь в салатник, залить майонезом и украсить кружочками свежих помидоров.

Салат с грибами, ветчиной и соленым огурцом

200 г ветчины, 200 г соленых грибов, 200 г отварного картофеля, 1 соленый огурец, 1 луковица, 200 – 300 г сметаны, 3%-ный столовый уксус, горчица, сахар, соль по вкусу.

Продукты нарезать равными дольками и смешать со сметаной, заправленной специями.

Частью заправки полить салат.

Салат грибной с рисом

200 г маринованных грибов, 150 г отваренного рассыпчатого риса, 2 вареных яйца, 2 – 3 ст. ложки сметаны, 2 – 3 ст. ложки майонеза, 5 – 10 г лука-порей, зелень петрушки, соль по вкусу.

Грибы и яйца нарезать кусочками, лук-порей – тонкими кружочками. Все продукты смешать, залить сметаной с майонезом. Украсить салат шинкованной петрушкой.

Салат грибной с сельдью

200 г отваренных в собственном соку грибов, 400 г помидоров, 200 г сметаны, 300 – 350 г сельди, 100 г репчатого лука, 2 вареных яйца, 1 – 2 ст. ложки творога, 1 соленый огурец, зелень петрушки, соль по вкусу.

Грибы, помидоры, лук, огурец и яйца нарезать маленькими кусочками. Сельдь вымочить, почистить и нарезать узкими полосками. Сметану смешать с протертым творогом.

Все перемешать, украсить зеленью, ломтиками яиц и помидоров.

Салат грибной с апельсинами

200 г шампиньонов, 200 г твердого сыра, 2 стручка сладкого перца, 2 яблока, 1 апельсин.

Для салатного соуса: 3 ч. ложки жидкого меда, 1 бутылка йогурта или варенца, 1 ч. ложка ст. горчицы, 2 ст. ложки лимонного сока, 50 г апельсиновой цедры.

Сыр и очищенные от кожицы и сердцевины яблоки нарезать мелкими кубиками.

Консервированные шампиньоны нарезать мелкой соломкой и потушить в масле.

Очищенные стручки перца нарезать кольцами и смешать с разрезанными поперек дольками апельсинов.

Заправить салат приготовленным соусом, перемешать и выложить в салатник. Посыпать тертым сыром, украсить дольками апельсина.

РАЗНЫЕ САЛАТЫ

Салат из яиц по-итальянски

2 вареных яйца, 1 сельдерей, 2 моркови, 1 корень петрушки, 3 – 4 шт. картофеля, 2 ст. ложки фасоли (белой), 3 – 4 ст. ложки зеленого горошка, 2 соленых огурца, 2 яблока, 1 луковица, 3 – 4 ст. ложки майонеза, 1 ч. ложка столовой горчицы, лимонный сок, черный перец, сахар, соль по вкусу.

Фасоль вымыть, замочить и сварить в этой же воде. Овощи отварить. Отдельно сварить картофель в кожуре. Картофель, лук, яблоки и соленые огурцы почистить. Овощи и яблоки нарезать кубиками, добавить фасоль, зеленый горошек, соль, сахар и перец. Полить все лимонным соком, перемешать с майонезом и горчицей.

Украсить салат дольками вареных яиц.

Салат с творогом и пюре из свежего стручкового перца по-болгарски

250 г творога, 250 г красного мясистого стручкового перца, 3 – 4 ст. ложки растительного масла, лимонный сок, петрушка, соль по вкусу.

Перец испечь, почистить от кожицы, вырезать плодоножку и тщательно удалить семена, затем растереть его в деревянной ступке, добавив немного соли и несколько капель растительного масла.

Творог тоже растереть с солью деревянной ложкой, затем постепенно, по капле, прибавить остальное количество растительного масла. Смешать творог и пюре из сладкого перца, заправить по вкусу лимонным соком и распределить на порции.

Перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат с сыром по-болгарски

*100 г сыра, 300 г редиса, 100 г сельдерея, 200 г яблок,
50 мл растительного масла, сок 1 лимона, салат,
горчица, соль по вкусу.*

Нарезать небольшими кубиками очищенные и вымытые корни сельдерея и кислые яблоки. Натереть на крупной терке сыр и перемешать с нарезанным тонкими кружками редисом.

Залить все соусом, приготовленным из горчицы, соли, сока лимона, подсолнечного масла, и выложить в салатницу, украсив листьями салата.

Салат из яиц и зеленого горошка по-французски

1 банка зеленого горошка, 1 вареное яйцо, 2 стебля лука-порей, 1 корень сельдерея, 1 яблоко, 4 ст. ложки майонеза, лимонная кислота (лимонный сок), сахар, соль по вкусу.

Лук и сельдерей тщательно почистить, промыть, отварить, нарезать кубиками. Добавить горошек. Яблоко вымыть, почистить, натереть на крупной терке, положить его в овощи, слегка перемешать. Добавить соль, сахар и лимонную кислоту по вкусу. Заправить майонезом. Украсить салат дольками вареного яйца.

Арабский салат из апельсинов

3 апельсина, 2 луковицы, 125 г оливок, растительное масло, перец, соль по вкусу.

Апельсины и лук почистить и нарезать тонкими кружочками. Из оливок удалить косточки.

Все смешать и заправить по вкусу солью, растительным маслом и молотым черным перцем.

Салат с креветками, авокадо и манго по-мексикански

80 г креветок, 1 авокадо, 1 манго, 100 г изюма, 1 кочан салатной капусты, 2 луковицы, 4 ч. ложки 3%-ного винного уксуса, 6 ч. ложек оливкового масла, 1 лимон, красный молотый острый перец, базилик, душица, соль по вкусу.

Авокадо и манго очистить, разрезать пополам и вынуть косточки. Мякоть нарезать кубиками величиной с изюминку, сбрызнуть лимонным соком.

Почистить и мелко порубить лук, добавить изюм, перемешать с авокадо и манго.

Капусту хорошенько вымыть, разобрать кочан на листья и выстелить ими дно салатницы.

Приготовить кремообразный соус из уксуса, соли, душицы, перца и растительного масла, тщательно взбив все компоненты. Вымыть листики базилика, нарезать их на тонкие полоски и добавить в соус. Полить этим соусом приготовленный салат.

Креветки отварить в подсоленной воде и смешать с салатом.

Компоненты перемешать и разложить на листьях салатной капусты.

Салат с крабовыми палочками и авокадо

500 г картофеля, 3 авокадо, 300 г крабовых палочек, 1 лимон, 4 ст. ложки оливкового масла, красный молотый перец, 4 ч. ложки 3%-ного винного уксуса (белого), базилик, душица, соль по вкусу.

Картофель отварить в «мундире», остудить, почистить и нарезать тонкими ломтиками.

Осторожно почистить и разрезать пополам авокадо. Нарезать тонкими ломтиками и сразу сбрызнуть лимонным соком, чтобы предотвратить потемнение.

Крабовые палочки, авокадо и картофель перемешать в салатнице.

Приготовить соус, тщательно растерев уксус, соль, перец и душицу. Вымыть листики базилика, нарезать их на тонкие полоски и добавить в соус.

Полить им салат и перемешать.

Салат с бананами по-мексикански

150 г бананов, 150 г сельдерея, 150 г яблок, 80 г помидоров, 130 мл оливкового масла, зелень петрушки, зеленый салат, соль по вкусу.

Бананы помыть, разрезать вдоль на 2 половинки, аккуратно вынуть мякоть и нарезать ее соломкой. Сельдерей, яблоки и салат очистить, нарезать соломкой, помидоры – ломтиками.

Все продукты перемешать, добавить оливковое масло и снова перемешать.

Салат положить в салатник или в шкурки от бананов, украсить листьями салата, зеленью и ломтиками помидоров.

Салат из ананасов по-индийски

300 г ананаса (можно консервированного), 300 г яблок, 200 г картофеля, 200 г сметаны.

Ананасы и яблоки нарезать кусочками, сваренный в «мундире», остуженный и очищенный картофель – кубиками.

Все смешать и полить сметаной.

Салат слоеный с курицей, картофелем и гранатом

3 – 4 картофеля, 3 – 4 моркови, 300 г куриного отварного мяса, 2 свеклы, 50 г гранатовых зерен, 3 – 4 грецких ореха, 100 г майонеза, сахар, соль по вкусу.

На плоское блюдо выложить слой натертого на терке отварного картофеля, на него – сваренную и тоже натертую на терке морковь.

Далее – слой мелко нарезанного отварного куриного мяса, затем свеклу и натертые на терке грецкие орехи.

Последний слой – гранатовые зерна.

Каждый слой промазать майонезом.

Перед подачей на стол дать салату немного постоять.

Салат слоеный с курицей и черносливом

300 г отварной курицы, 3 – 4 соленых огурца, 1 вареное яйцо, 1 – 2 моркови, 1 луковица, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г чернослива, 100 г майонеза, сахар, соль по вкусу.

Салат уложить слоями:

- 1-й слой – мелко нарезанная птица;
- 2-й слой – огурцы, натертые на крупной терке;
- 3-й слой – мелко нарезанный репчатый лук;
- 4-й слой – яйцо, натертое на крупной терке;
- 5-й слой – измельченная на крупной терке морковь;
- 6-й слой – консервированный зеленый горошек;
- 7-й слой – отварной чернослив без косточек;
- 8-й слой – майонез.

Салат слоеный с сыром и оливками

*100 г нарезанного куриного мяса, белки 3 вареных яиц,
1 яблоко, 1 луковица, 190 г сыра, зелень, маслины, оливки.*

1-й слой – лук, нарезанный кольцами и припущенный в масле;

2-й слой – мясо курицы;

3-й слой – белки, натертые на крупной терке;

4-й слой – майонез;

5-й слой – яблоко, натертое на мелкой терке;

6-й слой – сыр, измельченный на крупной терке;

7-й слой – майонез.

Украсить салат зеленью, маслинами и оливками.

Салат слоеный «Мимоза»

1 банка консервов в масле из лосося, 200 г майонеза, 1 луковица, 100 г сливочного масла, 5 вареных яиц, 100 г твердого сыра.

Салат уложить слоями:

- 1-й слой – яичные белки, натертые на крупной терке;
- 2-й слой – 1/2 банки консервов, размятых вилкой;
- 3-й слой – сыр, натертый на мелкой терке;
- 4-й слой – 100 г майонеза;
- 5-й слой – натертое на крупной терке сливочное масло;
- 6-й слой – мелко нарезанный репчатый лук;
- 7-й слой – оставшийся майонез;
- 8-й слой – натертые на мелкой терке яичные желтки.

Салат слоеный с яйцами и сухофруктами

5 – 6 вареных яиц, 2 – 3 моркови, 1 луковица, 2 вареные свеклы, 80 г изюма, 80 г кураги и чернослива, 80 г ядер грецких орехов, 100 г сыра, 100 г чернослива, 250 г майонеза, 2 – 3 дольки чеснока, сахар, соль по вкусу.

Все продукты нарезать тонкой соломкой.

1-й слой – вареная морковь, натертая на крупной терке;

2-й слой – измельченные яйца, смешанные с майонезом;

3-й слой – смесь из сыра, натертого на мелкой терке, растолченного чеснока и майонеза;

4-й слой – свекла, натертая на крупной терке и смешанная с очищенными и растолченными грецкими орехами, растолченным чесноком, майонезом «Провансаль», распаренной курагой и черносливом по вкусу.

Салат слоеный с рисом и крабовыми палочками

2 – 3 вареных яйца, 100 г вареного длинного риса, 1 кубик куриного бульона, 400 г крабовых палочек, 2 – 3 моркови, 1 луковица, 5 маринованных небольших грибов, 250 г майонеза, 2 – 3 зубчика чеснока, сахар, соль по вкусу.

Все выложить слоями на овальное блюдо:

1-й слой – рис, отваренный с кубиком куриного бульона и охлажденный;

2-й слой – крабовые палочки, нарезанные кубиками;

3-й слой – яйца, измельченные так же;

4-й слой – луковица, нарезанная кольцами и обжаренная с грибами и натертой на крупной терке морковью.

Каждый слой промазать майонезом.

Украсить салат растертым желтком и крошкой из измельченных крабовых палочек.

Салат с сыром и яблоками

*1 луковица, 2 – 3 яблока, 100 г сыра, 2 вареных яйца,
майонез «Провансаль».*

Лук мелко нарезать и дважды залить кипятком. Яблоки и сыр натереть на крупной терке. Яйца мелко нарезать или размять вилкой. Продукты выложить слоями в указанной последовательности.

Каждый слой посолить, поперчить и смазать майонезом «Провансаль».

СОУСЫ

Соус «Хрен с уксусом»

300 г корня хрена, 1 стакан 9%-ного уксуса, 400 мл воды (кипяток), сахар, соль по вкусу.

Очищенный и промытый хрен измельчить на мелкой терке, положить в кастрюлю и залить кипятком. Кастрюлю закрыть крышкой и оставить остывать.

Когда хрен остынет, добавить уксус, соль, сахар и хорошо размешать. Подавать к холодной или заливной рыбе, студню, ветчине и др.

Соус «Майонез с хреном»

70 – 100 г корня хрена, 200 г майонеза.

Хрен натереть на терке, ошпарить кипятком и охладить. В майонез добавить тертый хрен и хорошо перемешать.

Подавать к холодным блюдам из вареного мяса, рыбы, морепродуктов и студню.

Соус «Майонез с желе»

200 г майонеза, 1/5 стакана мясного или рыбного желе, желатин, вода.

Приготовить желе: процеженный рыбный или мясной бульон смешать с разбухшим в воде желатином (на 1 часть желатина – 10 частей воды), довести смесь до кипения (но не кипятить) и охладить (но не допуская застывания).

Добавить в желе майонез, охладить и взбить до образования пышной массы.

Использовать для заправки рыбы, дичи, птицы, а также для нанесения рисунка.

Соус «Майонез с корнишонами»

200 г майонеза, 1 ст. ложка острого соуса, 2 – 3 маринованных корнишона.

Огурцы мелко нарубить и, отжав сок, смешать с майонезом. Добавить острый соус и размешать до получения однородной массы.

Подавать к холодным мясным и рыбным блюдам.

Соус «Майонез ароматизированный»

250 г майонеза, 1 ст. ложка горчицы, 3 ст. ложки измельченной зелени петрушки и укропа, 1 ч. ложка сахара, сок 1/3 лимона, черный молотый перец, соль.

Укроп и зелень петрушки мелко нарезать, перемешать с майонезом, горчицей, сахаром и соком лимона. Заправить перцем и солью по вкусу.

Соус можно готовить и без горчицы.

Соус «Майонез со сметаной»

*250 г майонеза, 200 г сметаны, 1 ч. ложка сахара,
1/2 ч. ложки соли, молотый перец по вкусу.*

Сметану перемешать с майонезом и заправить солью, сахаром и черным молотым перцем.

Поскольку этот соус имеет более нежный вкус, чем обычный майонез, его более часто используют для заправки салатов, а также подают к холодным блюдам из рыбы и морепродуктов.

Соус «Майонез с каперсами и огурцами»

250 г майонеза, 1 ст. ложка мелко нарезанных каперсов (маринованных почек дерева каперса), 2 ст. ложки соуса «Южный», 1 маринованный огурец, сок 1/4 лимона и 1 ч. ложка сахара.

В майонез положить нарезанные каперсы, огурцы, соус «Южный» и перемешать.

Заправить соус соком лимона и сахаром.

Соус «Майонез по-болгарски»

*250 г майонеза, 100 г вареного мелко нарезанного
корня сельдерея, 1 1/2 ст. ложки томатной пасты.*

Все компоненты перемешать до получения однородного соуса.

Соус «Майонез с желатином»

250 г майонеза, 400 мл рыбного бульона, 1 ст. ложка желатина.

Желатин замочить в воде (в соотношении 1:8) на 1 – 1,5 ч до полного набухания. Распустить набухший желатин в рыбном бульоне, довести его до кипения, процедить и охладить.

Майонез соединить с полужастывшим бульоном, взбить венчиком и охладить.

Соус «Майонез с огурцами»

250 г майонеза, 1 свежий огурец средней величины, сок 1/4 лимона, сахар – по необходимости.

Для этого соуса лучше использовать мелкие огурцы с нежной кожицей (корнишоны). Можно приготовить соус из маринованных огурцов средних размеров, очистив их от грубой кожицы и семян.

Майонез соединить с нарезанными мелкими кубиками огурцами, перемешать и заправить соком лимона.

Если соус получился кислым, в него рекомендуется добавить 1 ч. ложку сахара.

Соус «Хрен с уксусом»

1 стакан натертого на мелкой терке хрена, 200 мл 3%-ного уксуса, по 1 ч. ложке соли и сахара.

Натертый хрен соединить со столовым уксусом, солью, сахаром и перемешать.

С целью предупреждения испарения ароматических веществ хранить соус рекомендуется в стеклянной посуде с плотной крышкой.

Соус «Хрен с уксусом и свеклой»

1 стакан тертого хрена, 200 мл 3%-ного уксуса, 100 мл свекольного сока, по 1 ч. ложке соли и сахара.

Натертый хрен соединить с уксусом, солью, сахаром. В конце влить свекольный сок (свеклу натереть на мелкой терке и отжать через марлю) и размешать.

Соус «Хрен с уксусом и морковью»

1 стакан тертого хрена, 200 мл 3%-ного уксуса, 100 мл морковного сока, по 1 ч. ложке соли и сахара.

Натертый хрен соединить с уксусом, солью, сахаром. В конце влить морковный сок (морковь натереть на мелкой терке и отжать через марлю) и размешать.

Соус «Хрен со сметаной»

1 стакан натертого хрена, 200 г сметаны, по 1 ч. ложке соли и сахара, сок 1/4 лимона.

Сметану соединить с хреном, солью, сахаром и заправить соком 1/4 лимона.

Соус «Хрен со сливками»

100 г корней хрена, 200 мл сливок, сахар, соль.

Хрен натереть на мелкой терке, добавить соль и сахар, затем смешать со сливками. Выложить в стеклянную посуду.

Подавать к рыбным блюдам и к вареным яйцам.

Этот соус можно приготовить и с яблоками (добавить 3 натертых на терке яблока).

Соус из уксуса, зелени, яиц и сливок

200 мл сливок, 2 яйца, по 1 ст. ложке столовой горчицы и 3%-ного уксуса, 1 ч. ложка сахара, 1/4 ч. ложки соли, 50 мл мелко нарезанной зелени петрушки.

Яйца сварить вкрутую и охладить. Белки отделить от желтков. Желтки размять ложкой, смешать с горчицей, уксусом, солью и сахаром, ввести во взбитые сливки вместе с мелко нарезанной зеленью. Добавить нарубленные белки яиц и перемешать.

Чесночно-ореховый соус

6 долек чеснока, 2 ст. ложки ядер грецких орехов, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ч. ложки 3%-ного уксуса и 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки.

Чеснок мелко нарубить, соединить с толчеными ядрами орехов и мелко нарезанной зеленью. Добавить смесь растительного масла и уксуса. Перемешать.

Чесочно-томатный соус

1 1/2 ст. ложки томатной пасты, 5 – 6 долек чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа и зелени петрушки, 1/5 ч. ложки соли, 1/2 ч. ложки сахара, сок 1/4 лимона.

В томатную пасту добавить измельченный чеснок, растертый с солью, сахаром и растительным маслом, мелко нарезанную зелень. Заправить смесь соком лимона.

Томатный соус (холодный)

200 мл рыбного бульона, 1 1/2 ст. ложки томатной пасты, 2 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, 3 – 4 крупные дольки чеснока, 1 ст. ложка муки, черный молотый перец, сахар, соль по вкусу.

Лук мелко нарубить, обжарить на растительном масле. В конце жарки добавить томатное пюре и жарить до окрашивания жира. Затем добавить муку, перемешать и прогреть 5 – 7 мин.

К обжаренным продуктам добавить бульон, соль и сахар. Проварить соус 10 – 15 мин., заправить перцем, мелко нарубленным чесноком и охладить.

Соус с яйцом и свежими огурцами

100 мл 3%-ного уксуса, 2 ст. ложки растительного масла, 1 свежий огурец, 2 вареных яйца, зелень, черный молотый перец, сахар, соль по вкусу, зелень петрушки или укроп – по желанию.

Желтки вареных яиц растереть с небольшим количеством соли и сахара, развести уксусом и соединить с растительным маслом. Белки яиц и свежие огурцы мелко нарубить и ввести в соус. Все перемешать и заправить по вкусу солью, перцем и сахаром.

Можно добавить в соус 1 ст. ложку мелко нарезанной зелени укропа или петрушки.

Соус с зеленью и свежими огурцами

200 мл 3%-ного уксуса, 50 мл растительного масла, 1 – 2 ч. ложки столовой горчицы, 2 свежих огурца, по 1 ст. ложке мелко нарезанных зеленого лука, зелени укропа и петрушки, черный молотый перец, сахар, соль по вкусу.

Мелко нарезанные огурцы соединить с мелко нарезанными луком и зеленью. Добавить горчицу, развести уксусом, перемешать с растительным маслом и довести до вкуса солью, сахаром и перцем.

Соус экзотический

150 мл растительного масла, 150 мл сливок, 100 мл 3%-ного уксуса, 1 яичный желток, 1 ст. ложка горчицы, 1 ч. ложка соуса чили, молотый перец, соль.

Для букета: 1/2 сладкого зеленого перца, 1/2 сладкого красного перца, 1/2 огурца.

Горчицу перемешать с желтком, добавить соль, перец, влить масло. Смешать со сливками, уксусом и соусом чили.

Нарезать перцы мелкими кубиками. Из огурца удалить семена и тоже нарезать кубиками. Все смешать. Поместить в банку или бутыл с широким горлом.

Дрессинг с уксусом

100 г консервированных овощей в маринаде, 150 мл арахисового масла, 100 мл 3%-ного уксуса, 1 яичный желток, 1 ст. ложка горчицы, 50 мл воды, молотый перец, соль.

Смешать горчицу, желток, соль и перец. Размешивая, добавить масло, воду и уксус. Мелко нарезать маринованные овощи и ввести их в полученную массу.

Французский дрессинг

330 мл арахисового масла, 250 мл говяжьего бульона (можно из кубиков), 200 мл 3%-ного уксуса, 2 ст. ложки рубленой зелени (петрушка, шнитт-лук, эстрагон и т. д.), 1 ст. ложка столовой горчицы, 1 ст. ложка (с верхом) паприки, молотый перец, соль по вкусу.

Все ингредиенты смешать и взбить миксером на большой скорости. Уже через сутки соус отстаивается, поэтому перед употреблением его необходимо встряхнуть.

Дрессинг гастрономический

250 мл говяжьего бульона, 125 мл 3%-ного уксуса, 1 яйцо, 1 рубленая луковица, 1 ст. ложка столовой горчицы, молотый перец, соль по вкусу.

Поместить все ингредиенты в глубокую миску и взбить миксером на достаточно большой скорости.

Соус с авокадо

2 авокадо, 3 лимона, молотый перец, соль по вкусу.

Смешать все ингредиенты и взбить миксером. Использовать соус сразу или перелить в емкость.

Творожный соус

120 г мягкого 45%-ного творога, 1 небольшая рубленая луковица, 1 вареное яйцо, 1 ст. ложка каперсов, 100 мл 3%-ного уксуса, 1 несладкий йогурт, 1 ст. ложка рубленой петрушки.

Смешать все ингредиенты в глубокой миске и взбить миксером на достаточно высокой скорости.

Соус индийский

2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки растительного масла, 1/4 ч. ложки молотого карри, 1/4 ч. ложки молотого тмина.

Все перемешать.

Салатный соус

70 мл говяжьего бульона, 2 ст. ложки 3%-ного уксуса, 2 яичных желтка, 1 коф. ложка горчицы, сок 1 лимона, молотый перец, соль, вустерский соус.

Подготовить соус «Майонез» (см. ниже) с горчицей, маслом, желтками, приправить солью и перцем по вкусу. Затем разбавить его уксусом, лимонным соком, вустерским соусом (по вкусу) и теплым бульоном.

Соус «Майонез»

200 мл растительного масла, 1 яичный желток, 1/2 ст. ложки столовой горчицы, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, молотый перец, соль.

Перемешать горчицу с желтком, приправить по вкусу солью и перцем. Размешивая, влить струйкой масло и уксус.

Соус-коктейль

100 мл соуса «Майонез», 100 мл сливок, 1 ст. ложка кетчупа, 1 коф. ложка коньяка, кайенский перец, соль.

Взбить сливки до загустения, затем вмешать их в майонез. Добавить кетчуп и коньяк. Приправить по вкусу солью и перцем.

Соус «Равигот»

150 мл соуса «Винегрет» (см. ниже), 1 небольшая рубленая луковица, 1 ст. ложка рубленых каперсов, 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки, шнитт-лука, кервеля.

Смешать все ингредиенты.

Салатный соус с соком грейпфрута

200 г сметаны, сок 1/2 грейпфрута, 1 ст. ложка кетчупа, 2 ч. ложки коньяка, молотый перец, соль по вкусу.

Смешать все ингредиенты.

Салатный соус с анчоусами

4 анчоуса, 200 мл оливкового масла, сок 1/2 лимона, свежемолотый черный перец (несколько оборотов мельницы).

Перемешать с помощью миксера на большой скорости все ингредиенты.

Салатный соус с творогом

250 мл сливок, 250 г творога, сок 2 лимонов, 1 ст. ложка горчицы, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки и шнитт-лука, молотый перец, соль.

Смешать все ингредиенты и взбить миксером на большой скорости.

Соус салатный с сыром рокфор

50 г сыра рокфор, 300 мл растительного масла, 50 мл спиртового уксуса, несколько капель вустерского соуса (необязательно).

Смешать все ингредиенты и взбить миксером на большой скорости.

Соус «Винегрет» с овощным соком

100 мл свежесвыжатого овощного сока, 50 мл фруктового уксуса, 100 мл оливкового масла, молотый перец, соль.

В 100 мл сока добавить, помешивая, уксус, соль и перец по вкусу, масло.

Для этого соуса можно использовать: морковный, томатный, огуречный сок и т. д., земляничный, лимонный или апельсиновый уксус и т. д., оливковое, арахисовое масло или масло из лесного ореха и т. д. Составьте самую изысканную, на ваш вкус, смесь.

Горчичный соус «Винегрет»

100 мл растительного масла (желательно арахисового), 50 мл 3%-ного уксуса, 1 небольшая луковица, 1 зубчик чеснока, 1 ст. ложка горчицы, 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки, кервеля и шнитт-лука, черный свежемолотый перец (3 оборота мельницы), соль.

Насыпать соль и перец в уксус. После растворения соли добавить масло (его можно влить и в последнюю очередь, энергично помешивая, после того как смесь из продуктов настоится). Добавить горчицу.

СОВЕТЫ

Вареный картофель получается очень вкусным, если в воду, в которой он варится, бросить 2 – 3 дольки чеснока и лавровый лист или положить в кастрюлю немного сушеного укропа, завернув его в кусочек марли.

Отваривают кальмаров целиком или большими кусками, опуская в кипящую соленую воду, куда кладут много свежего или соленого укропа.

Чтобы картофель, который вы варите в мундире, не слишком разварился (это делает его непригодным для последующего жарения), добавьте в воду больше соли.

Лук, морковь, петрушка, сельдерей лучше сохраняют аромат, если их сначала спассеровать на сковородке и лишь после этого положить в суп или иное блюдо.

Свекла обычно варится не менее 2,5 – 3 ч. Это время можно значительно сократить, если через 1 ч после начала варки свеклу поддержать в холодной воде, а затем продолжать варить.

Салат из квашеной капусты будет вкуснее, если в него добавить апельсины, мандарины, морковь и яблоки.

По возможности белый картофель используйте для приготовления пюре, желтый – для супа, розовый – для жарки.

Если сельдь соленая, ее вымачивают не менее 4 ч, крепко соленую – 8 ч. В молоке вымачивают жесткую сельдь, она становится мягче, в чае – рыхлую. Сельдь пряного посола лучше не вымачивать.

Вы можете использовать в салатах желтый или белый сыр чеддер или другой острый, он – самый ароматный.

Зелень дольше сохраняется, если ее промыть, подсушить, сложить в стеклянную банку, плотно закрыть и поставить в холодильник.

В овощных блюдах через 3 ч после приготовления остается всего 20% витамина С. Разрушается этот витамин и при подогревании. Поэтому овощные блюда не стоит готовить с запасом.

Для сохранения цвета овощей при варке в воду можно добавить немного пищевой соды. Все овощи, кроме свеклы и зеленого горошка, следует варить в подсоленной воде.

Чтобы мясо стало мягким, его нужно отбить и смазать мякотью киви – после приготовления оно будет таять во рту.

Только цветную капусту можно хранить непродолжительное время в отваре.

Жареное мясо будет вкуснее, если на сковороду положить кусочек лимона с коркой. В конце жарки размяченную корку растирают ложкой и размешивают с соусом.

Если блюдо жирное, то гарнир к нему лучше приготовить кислый, если постное, то гарнир должен быть более насыщенным и калорийным.

Немного сушеного укропа, 2 – 3 дольки чеснока и 2 – 3 лавровых листа, положенные в воду, в которой варится очищенный картофель, придадут ему приятный вкус и аромат.

Одно из неписаных правил гармоничного сочетания: чем интенсивнее вкус и аромат сыра, тем более сухим должно быть вино.

Чтобы зеленый горошек при варке сохранял свой цвет, воду надо добавить немного сахара.

Стручки фасоли, чтобы они сохранили зеленую окраску, нужно залить кипящей подсоленной водой и варить при закрытой крышке.

Желтовато-коричневый картофель лучше всего использовать для жарки или запекания, так как он имеет рыхлую и рассыпчатую структуру.

Картофель, положенный для варки в холодную воду, теряет до 50% витамина С, а в кипятке – не более 20%.

Бланширование – кратковременное погружение очищенных и измельченных овощей или фруктов, а иногда и мяса в кипящую воду. Применяется, чтобы улучшить их вид или удалить горечь.

Чем крупнее тушка кролика, тем слабее должен быть жар в духовке. Иначе снаружи мясо обуглится, а внутри останется сырым.

В салат с помидорами нежелательно добавлять лимонный сок или уксус: могут испортиться его вкусовые качества.

Вкус пряности не является свойством самой пряности – он возникает лишь в сочетании ее с основной пищей и особенно ярко проявляется при нагревании, также обогащая блюдо характерным ароматом.

В вареных колбасах высшего сорта крахмала быть не должно. Если нужно определить наличие и количество крахмала в колбасе, надо капнуть на нее раствором йода: если крахмал есть, то через некоторое время эти места посинеют. И чем больше в колбасе крахмала, тем интенсивнее будет окраска.

Листья салата долго сохраняют свежесть, если завернуть их в мокрое полотенце. Кстати, салат следует класть стеблем вверх.

Чтобы грибы при варке оставались упругими и не ухудшался их вкус, нельзя допускать долгого бурного кипения бульона.

Жареное мясо, птица готовы, если при проколе вилкой или нажмем ложкой сок из них вытекает прозрачный.

Обжаривать мясо цыплят, отбивные шницели лучше на сливочном масле, добавив в него столовую ложку растительного. Так сливочное масло не будет пригорать, а вкус растительного не почувствуется.

Мясо, отваренное большим куском, более сочно и вкусно, чем мелкими.

Мясо птицы считается готовым, если при проколе острой палочкой из отверстия сок вытекает прозрачным.

Мясо курицы станет белым и нежным, если перед приготовлением ее изнутри натереть лимоном или варить в воде с добавлением 1 ч. ложки лимонного сока.

Овощи и крупы кладут варить сразу в кипяток. Исключением являются картофель и бобы – их начинают варить в холодной воде.

Для сохранения белизны кожи парового цыпленка натрите его лимонным соком.

Молодую птицу с нежным белым мясом следует начинать приправами не очень сильно, чтобы сохранить аромат мяса.

Чтобы не зашивать нитками фаршированную птицу при запекании, нужно воткнуть в нее с двух сторон разреза тонкие деревянные палочки и переплести их крепкой ниткой или шпагатом. После приготовления палочки с нитками легко удаляются из мяса.

Чтобы птица равномерно запекалась в духовом шкафу, ее следует предварительно выдержать под грузом с широкой плоскостью.

Сочетание в одном блюде горячих и холодных продуктов вызывает быстрое их увядание, а зачастую порчу овощей и зелени.

Анчоусы – мелкая рыба, «родственница» сельди, помещаемая в рассол сразу после вылова, консервируется в уксусе с пряностями, без потрошения.

Чтобы на кухне меньше пахло рыбой, перед жаркой положите на сковороду сырую картофелину.

Мелкая рыба вкусна, но есть ее неприятно – все время вытаскиваешь косточки. А если при чистке сделать на каждой рыбе острым ножом несколько надрезов, мелкие косточки окажутся перерезанными и после варки или жарения совсем не будут ощущаться.

Замороженную рыбу можно оттаивать в холодной воде с добавлением 1/2 ст. ложки соли на 1 л воды.

Тяжелый запах морской рыбы можно удалить, если оставить ее на 2 – 3 ч под нарезанным луком. Можно также натереть ее разрезанным лимоном.

Если краснокочанную капусту ошпарить кипятком, она станет мягче.

Припуская рыбу, можно добавлять белое виноградное вино и отвар шампиньонов.

Для жирной рыбы (палтус, камбала) рекомендуются кисловатые соусы – томатный, луковый, белый: соусы к такой рыбе, как хек, треска, скумбрия, ставрида, должны содержать сметану, масло, яйца. Можно использовать майонез.

Креветки – непревзойденный источник витаминов и микроэлементов. В составе мяса креветок большое количество белковых аминокислот, цинка, йода, железа, фосфора и магния. Из креветок готовят различные салаты и холодные закуски, вторые блюда, супы. Те креветки, которые обычно варят к пиву, называются «чилими». Кроме них различают еще королевские, тигровые и дальневосточные креветки, которые отличаются более крупными размерами. Длина отдельных экземпляров достигает 20 см.

Мясо креветки не только очень вкусно, но и полезно. Особенно много в нем йода: почти в 100 раз больше, чем в говядине. Древнегреческий поэт Асклепиад утверждал, что перед визитом к гетерам нужно съесть 24 креветки.

Запанировать – обваливать в муке или сухарях, либо в муке, яйце и сухарях перед жаркой.

Овощи следует очищать и нарезать непосредственно перед варкой и варить обязательно под закрытой крышкой при слабом кипении.

Овощи надо хранить в прохладном затемненном месте: при солнечном свете в них частично разрушаются

каротин и витамины.

Если добавить в сметану немного молока, она не свернется в соусе или подливке.

В тушеную капусту добавляют небольшое количество уксуса или лимонной кислоты для того, чтобы она не становилась слишком мягкой. Вообще добавление кислоты замедляет разваривание овощей, поэтому кислоту, а также продукты, содержащие кислоту (томат-пюре, свежие помидоры, огуречный рассол, соленые огурцы и т. п.), добавляют в кушанье в конце варки.

Свеклу в отличие от других овощей лучше варить в несоленой воде.

Яблоки – в зависимости от степени сладости, используют в кулинарии по-разному. Так, например, варить варенье лучше всего из сладких сортов яблок, таких, как старинные коричневое полосатое и коричневое ананасное, а для приготовления моченых яблок лучше использовать антоновку.

Помните, что яблоки надо всегда хранить в холодильнике, чтобы они оставались хрустящими.

Грибы нельзя готовить или хранить в медной посуде.

Яйца следует хранить, поставив их острым концом вниз, чтобы они могли дышать. На тупом конце яйца имеются поры, через которые оно поглощает кислород и выделяет углекислый газ. Время от времени яйца

необходимо переворачивать, чтобы желток не оседал на одной стороне.

Яйца с треснувшей скорлупой не вытекут, если варить их в очень соленой воде.

Куриные яйца для салата необходимо варить в подсоленной воде около 8 – 10 мин.

Брынзу лучше всего хранить в «родном» рассоле. Следует переложить сыр в стеклянную банку, закрыть крышкой и поставить в холодильник. Использовать ее можно в течение 2 – 3 недель.

Для того чтобы мякоть баклажанов осталась светлой, их надо печь на слабом огне.

Белая фасоль будет вкуснее, если после того, как она прокипит 20 мин., слить воду, налить другую и добавить несколько ложек растительного масла.

Грибы нельзя долго вымачивать. Их следует быстро промыть холодной водой и откинуть на сито.